La Semaine du Goût

Jeudi — La Carotte (Craquant & Fondant)

Matériel & Ingrédients



Ingrédients :

- Carottes crues entières (épluchées)
- Carottes cuites à la vapeur (coupées en rondelles épaisses de 1,5 à 2 cm ou en bâtonnets bien fondants)
- Un peu de houmous ou de fromage frais pour faire "trempette" (optionnel).



Matériel :

- Couteaux pour enfants à bout rond (ou couteaux en plastique/bois sécurisés)
- Petits ramequins
- Deux assiettes par enfant.



Déroulement de l'activité

1 Exploration tactile et visuelle (Dure vs Molle)

Donner une carotte crue entière et un bâtonnet de carotte cuite à chaque enfant. Proposer d'essayer d'enfoncer doucement leur doigt dedans pour sentir la différence : la carotte crue résiste, la carotte cuite s'enfonce très facilement.



2 Atelier découpe au couteau sécurisé (Carotte cuite)

Les enfants utilisent leur couteau sécurisé pour couper des rondelles ou des dés dans la carotte cuite. La texture très tendre permet à l'enfant de faire le geste de couper "comme un grand" en toute autonomie et sans danger.



3 Atelier trempette & "Sons de la bouche" (Carotte crue)

Pour la carotte crue, proposer de tout petits bâtonnets déjà découpés par l'adulte. Les enfants trempent leur bâtonnet cru dans le ramequin (houmous ou fromage frais) avant de le croquer. Le jeu du son : On ferme les yeux et on écoute le bruit fort quand on croque la carotte crue (« CRAC ! »). Ensuite, on croque un morceau de carotte cuite (aucun bruit, ça fond tout seul).



4 Dégustation & Bilan

Nommer ensemble ce qu'on préfère : le craquant qui fait du bruit ou le fondant tout doux.



Activités en Famille

