

# MYSTÈRE et goût de POMME

-45' + -45' | mercredi |



**il te faut**  
Pour 4 personnes  
   
pommes

**ton plat secret**



1  
Épluche l'oignon, coupe-le en lamelles.  
Épluche les pommes, coupe-les en dés.  
Coupe le poulet en petites lamelles.

Salée ou sucrée, la pomme est la reine de ce repas.  
Sauras-tu deviner à quoi elle est mélangée ?

Hmm...  
Ça sent  
quel ?

2 filets de poulet  
1 oignon  
2 pommes  
1 c. à café de pâte  
de curry  
15 cl de lait de coco  
¼ cube de bouillon  
de volaille  
1 c. à soupe  
d'huile



J'ai une  
idée !



2  
Verse l'huile, les oignons et le poulet dans une marmite. Fais-toi aider pour les cuire en remuant pendant 7 min. Ajoute les autres ingrédients, mélange, couvre et laisse cuire 20 min.

Un adulte  
fait chauffer  
l'huile, puis  
cuit le tout  
à feu doux.



Conception et réalisation de Brigitte Carrère.



Je dirais...  
du poulet ?

2 carottes râpées  
4 pommes en dés  
le zeste d'un citron  
4 c. à café de jus de citron  
2 c. à soupe  
de cassonade  
1 verre d'eau  
6 pinces  
de cannelle

Un adulte  
cuit les fruits  
à feu doux pour  
qu'ils deviennent  
tout mous.

**ton dessert caché**

Mélange tous les ingrédients dans une casserole.  
Remue de temps en temps pendant que ça cuit.



brioche

**ton entrée déguisée**

bûche de chèvre  
cerneaux de noix  
salade  
3 c. à soupe d'huile  
d'olive  
3 pinces d'origan



salade

Un adulte  
fait fondre  
la pomme et le  
chèvre au four  
7 minutes  
à 200° C.

pomme  
badigeonnée  
d'huile  
et d'origan

noix

chèvre badigeonné  
d'huile et d'origan

Moi, c'est  
de la  
carotte !

**En classe**

Ces recettes faciles et délicieuses peuvent donner lieu à un jeu : chaque groupe prépare un des plats, et le fait goûter aux autres groupes.



Ils doivent en deviner les ingrédients.  
Avec des photos d'aliments, le jeu s'adapte à tous les âges. Bonne dégustation à l'aveugle !