

Cueillette

avec les 3-5 ans



DES NOIX pour les petits doigts



L'été les noix sont vertes, dans leur enveloppe dure et amère. Puis elles tombent et noircissent à l'automne. Leur écorce pourrit sous les feuilles, et libère la coquille brune et sèche que vos enfants connaissent.

Si vous en avez l'occasion, montrez-leur les différentes étapes de la croissance des noix. Surveillez avec eux l'avancée de leur maturation et prévenez-les le moment venu: « Attention, la cueillette, c'est pour bientôt! »

LES NOIX FRAÎCHES sont astringentes, il faut donc attendre un peu avant de les consommer. Vos petits trouveront aussi, sous les feuilles mortes des noyers, les fruits tout noirs de l'année précédente, qui seront peut-être encore comestibles!

C'est aussi la saison **DES NOISETTES**, qui peuvent, elles, se croquer fraîches (pas trop à la fois quand même) et qui se conservent très longtemps.

On peut aussi ramasser avec les enfants **DES CHÂTAIGNES...** qu'il faudra déloger de leur bogue, sans se piquer! Quel plaisir ensuite de les faire griller dans la cheminée (en perçant leur enveloppe d'une pointe de couteau pour éviter qu'elles éclatent).



Après la cueillette, une fois les paniers bien remplis, proposez aux enfants un atelier « pain à modeler ». Il suffit de suivre notre **RECETTE DES PETITS PAINS AUX NOIX**. On peut donner à la pâte toutes les formes : escargot, boule, tresse, torsade... Aux petits de décider!

LES PETITS PAINS AUX NOIX



● Ingrédients

- 1 sachet de préparation pour pâte à pizza
- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 10 cl d'eau tiède
- 12 noix
- 1 pincée de sel

● Recette

1. Verser le sachet de farine de la préparation pour pâte à pizza dans un saladier. Creuser un puits au milieu et mettre la levure et le sel dedans.

2. Verser l'eau tiède sur la levure, puis l'huile d'olive et mélanger le tout avec une cuillère en bois.

3. Pétrir la pâte avec les mains pendant deux ou trois minutes.

4. Casser les noix (ça fait de bons biscotos!) Enfoncer les cerneaux de noix dans la pâte à pain. La rouler ensuite en petits boudins.

5. Faire cuire les petits pains une douzaine de minutes: il faut qu'ils soient bien dorés. Laisser refroidir avant de grignoter.



© Textes : Anne Chiumino. Photos : Émile Chiumino.