

Revue de presse des journaux scolaires et lycéens 1980 > 2004

De la gourmandise

Écoles-Collèges-Lycées

Ils en ont parlé



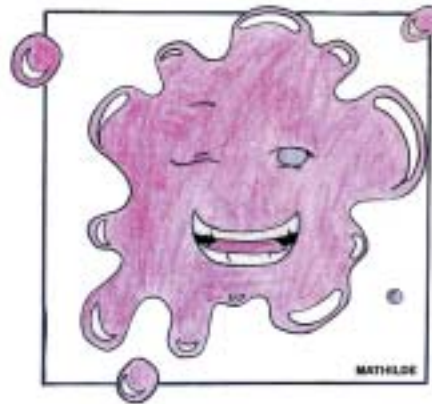
Le Petit Guerchais > N°6
Décembre 1998
École
La Providence
La Guerche
de Bretagne (35)

Journal >
École de
Chavagne (35)

Du côté de la cantine



SEL...
POIVRE...
CORIANDRE...
SAFFRAN...
CYANURE...



Chewing gum - N°2
Année 2003/2204
Collège La Grange du Bois
Savigny-Le-Temple (77)

Oghma > N°6
Juin 2004
Lycée Emmanuel Mounier
Grenoble (38)



Press'Citron > N°16
Déc. 1992
École Léon Grimault
Rennes (35)

c'est bien
de manger
avec les
copains



Le fruit de l'arbre à pain



Z'andolis à l'écrit > N°6 - Décembre 2002 - École Maternelle Vert Pré - Martinique (97)

Quels regards

les jeunes portent-ils sur la gourmandise dans leurs journaux ?

À l'occasion du Salon du livre et de la presse jeunesse de Montreuil 2004 placé sous le signe de la gourmandise le Clemi édite une revue de presse des journaux scolaires et lycéens sur ce thème.

En effet, notamment par la création d'un dépôt pédagogique, le Clemi a la mission de conserver ce patrimoine si particulier que sont les journaux d'élèves. Il édite depuis deux ans une revue de presse de l'actualité telle qu'elle apparaît dans les journaux scolaires et lycéens.

La sélection qui vous est présentée a été établie à partir de plus de 10 000 journaux scolaires et lycéens réalisés entre 1980 et 2004.

La recension systématique des articles, textes, dessins et poèmes ayant trait à la gourmandise sous toutes ses approches - y compris le détournement du genre de la recette - a donné lieu à une première pré-sélection de près de 1500 extraits.

L'étude de ces textes nous a conduits à cette sélection définitive qui tient compte des thèmes et des genres récurrents. Ils sont restitués dans leur forme originale ou lorsque cela s'est avéré techniquement impossible, dans une forme la plus fidèle possible.

Certains articles, bien trop longs, ont fait l'objet de coupes signalées, respectant le message essentiel de leurs auteurs afin de vous offrir un éventail le plus large possible.

« La gourmandise » : un thème qui fait fortement écho à la production des journaux scolaires et lycéens, tant il est omniprésent dans leurs colonnes. Si la description d'une recette, le récit de sa réalisation ou son illustration sont souvent les premières portes d'entrée en maternelle vers l'écriture et la publication, ce genre conserve une belle place dans les journaux d'écoles et de collèges.

Dans les journaux lycéens la rubrique cuisine persiste et fait souvent place à des exercices de style talentueux ou devient un véritable objet de réflexion : revendicatif - évidemment - en ce qui concerne la cantine, curieux à l'égard des habitudes culinaires d'autres cultures, militant face aux enjeux de santé considérables à cet âge.

Quoi qu'il en soit au travers de ce sujet - à la fois futile et essentiel - les enfants et les adolescents parlent à leurs camarades, mais nous adressent aussi des messages.

PS : Toutes ces recettes sont autant d'invitations à des expériences parfois étonnantes. Bon appétit !



Z'andolis à l'écrit > N°6 - Décembre 2002 - École Maternelle Vert Pré - Martinique (97)

France Renucci
Directrice du CLEMI
Maître de conférences

De la gourmandise

Revue de presse des journaux scolaires et lycéens 1980 > 2004

CLEMI Centre de liaison de l'enseignement et des médias d'information - 391bis rue de Vaugirard 75015 Paris
Tel : 01 53 68 71 00 Fax : 01 42 50 16 82 e-mail : clemi@clemi.org http://www.clemi.org

Directeur de publication : France Renucci

Rédaction et illustrations : Élèves rédacteurs des journaux

Conception et coordination générale : Pascal Famery sur une idée de Corinne Tual, avec Faouzia Chérifi et Bruno Rigotard

Recension des journaux : Pascal Famery, Aurélie Jigorel, Nathalie Lescaille, Corinne Tual, et Anne Claire Orban

Sélection des articles : Faouzia Chérifi, Pascal Famery, Michel Huguier, Marie-Françoise Poulain, Bruno Rigotard et Corinne Tual

Conception graphique et mise en page : Alain Chevallier

Remerciements à Danièle Bonnin, Anne Bocquet et Michel Huguier

Impression : AGI System's Epinal 03 29 58 44 41 ISBN 2240 900 35 - 0 Imprimé en novembre 2004

SOMMAIRE

DES GOÛTS > page 3

LE PAIN > page 4

RECETTES > page 5

CANTINE > pages 6 et 7

RECETTES > pages 8 et 9

HAMBURGER > page 10

DESSERTS > page 11

SANTE > pages 12 et 13

GÂTEAUX > pages 14 et 15

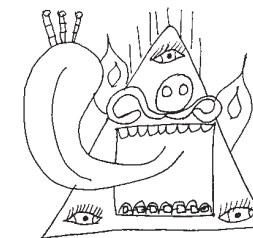
LE CHOCOLAT > pages 16 et 17

BONBONS > page 18

D'AILLEURS > pages 19, 20 et 21

DÉTOURNEMENTS > pages 22 et 23

AUTRES APPÉTITS > page 24



Madame la crêpe

Press'Citron > N°16

Dec. 1992 - École Léon Grimault -Rennes (35)



fax! est un journal junior international à distance réalisé par des jeunes en 24 heures, sur des thèmes d'actualité. Il est constitué d'articles adressés par courriels, de tous les pays, à une rédaction de jeunes journalistes qui, en France ou à l'étranger, prend en charge un numéro.

fax! est imprimé et envoyé à tous les participants.

cyberfax! est un magazine en ligne qui répond au même principe.

Pour en savoir plus et pour participer :
www.clemi.org et m.poulain@clemi.org

Tous les goûts s'écrivent dans les journaux : au singulier, c'est la Semaine du goût. Au pluriel, c'est l'éloge des différences.

LA SEMAINE DU GOÛT EN CP






Les C.P. parés pour la Semaine du Goût

« Jeudi on a fait de la cuisine. Sur la table, il y avait des paniers remplis de fruits et de légumes. D'abord on a regardé. Puis on les a touchés et sentis. Ensuite, le papa de Clarisse a fait goûter les bananes, les oranges, les kiwis, l'ananas, les noix, le citron, le raisin, un pomelo, des cornichons et de la moutarde. Chacun disait ce qui se passait dans sa bouche. « Hum! C'est bon! » « Beurk Ça pique! C'est acide. » « La banane est sucrée. » « Je n'aime pas l'endive, c'est amer. » Après, on a fait une salade de fruits. « Miam! Miam! On va se régaler! » L'après-midi, le papa de Clarisse est revenu. On a goûté ensemble. C'était bien. »

Par les CP

LES USTENSILES PRÉSENTÉS PAR LES C.P.

	un couteau Laurène
	un saladier Michaëlle
	une cuillère Marion

Le Petit Guerçais > N°6 - Décembre 1998
École La Providence - La Guerche de Bretagne (35)

Gastronomie

Des personnalités du collège nous révèlent leurs plats préférés. Pour Mme BARTHE ce sera des gambas grillées au feu de bois. Mme BARBIER, elle, préfère des ris de veau. Mme BISCHOFF, elle, prendra soin de manger des lentilles farcies aux deux saumons. Pour Mme BOUCHERIE-DUHAZÉ c'est un plat typique de la région : « Des escalopes à la Normande ». M. DEPARDIEU se délecte d'un feuilleté de camembert au caramel sur lit de feuilles de chêne. Pour Mme MANEILLE, ce sera de la paëlla avec des crevettes vivantes. Mme SADOULET choisit un plat chinois plutôt qu'un plat français : « du porc au caramel ». Et vous servirez à M. TOURAINE un bon gigot d'agneau rosé. Ces bonnes recettes seront révélées en septembre, dans le n° 1.

Mag'Verne > N°0 - Juin 1997 - Coll. Jules Verne
Rueil Malmaison (92)

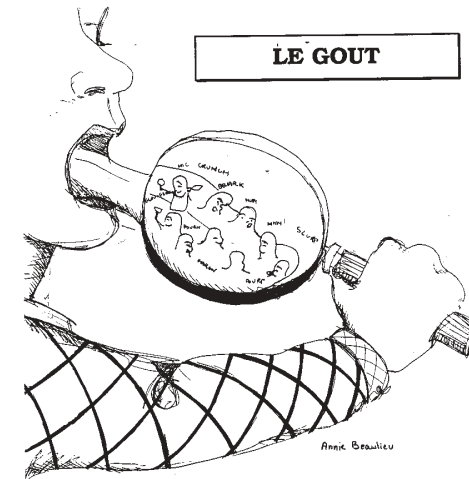
un petit-déjeuner en classe

Nous avons mangé de la crème de maïs. C'était délicieux! Il y avait du zeste de citron, de la cannelle en bâton, du sucre, de la farine de maïs, du lait.

Emerick qui n'aime pas les crèmes a bien voulu la goûter. Après, il l'a trouvée bonne. Il en a mangé 2 fois!

les Grands B

Z'andolis à l'écrit > N°6 - Décembre 2002
École Maternelle Vert Pré - Martinique (97)



Press'Citron > N°16 - Dec. 1992
École Léon Grimault - Rennes (35)

A TABLE!

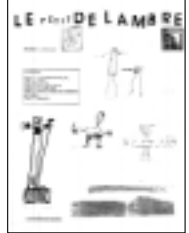
Nikos aime les pomelos
Et Simon aime le poisson,
Valentin aime le pain,
Et Sarta aime les noix,
Farrah aime le chocolat,
Et Ambroise aime les framboises,
Fanny, aime les spaghettis,
Rosalie aime les kiwis...
(...)

Roland aime le parmesan
Emilien les pains au raisin
Marius, les asparagus?
Et Gustave aime les betteraves.
Janet aime la vinaigrette,
Et Céleste le Paris-Brest,
Justine, Sirine, les tartines,
Et Emma aime le foie gras...

Le Petit Delambre > N°5 - Juin 2004
École Maternelle Delambre - Paris (75)



Z'andolis à l'écrit • n°6



Le Petit Delambre • n°5



Mag'Verne • n°0



Le Petit Guerçais • n°6



Press'Citron • n°16

Au début était le pain : un aliment simple et quotidien, qui rassemble.

COMMENT FAIRE DU PAIN ?

- 1** petite section moyenne section GAETAN classe d'Amick
- 2. METTRE DU SEL, DE LA LEVURE ET UN PEU D'EAU.** CHLOE
- 3 AJOUTER LA FARINE ET L'EAU** CHLOE
- 4 MALAXER** JUSTINE
- 5 LAISSER REPOSER LA PATE.** HUGO
- 6 FAÇONNER ET METTRE A CUIRE.**

Press'Citron > N°16 - Dec. 1992 Ecole Léon Grimault -Rennes (35)



Les ados de Pergaud • n°11



Mont journal • n°16



Press'citron • n°16

Enfant, j'ai eu faim

Enfant, j'ai eu faim

J'ai pleuré

Pour un tout petit bout de pain

Mais enfin

Je l'ai eu

Ce petit bout de pain.

KARIM Press'Citron > N°16 - Dec. 1992 -Rennes (35)

Le Pain Maghrébin

Ce pain est fabriqué toutes les semaines dans les familles maghrébines. il sert à accompagner les plats principaux comme la viande, la ratatouille, le poisson, etc...

Ustensiles : un grand saladier, une grande cuillère, un verre, 2 grands moules de 30 cm.

Ingédients : 1 verre et demi d'huile, 2 verres d'eau chaude, 500 g de semoule de blé, 1 cuillère à soupe de sel, 1 cube de levure de bière, 1 œuf.

Préparation : passez la semoule au tamis, puis versez-la dans le saladier. Formez un puits, ajoutez-y le sel et l'huile. mélangez le tout. Versez l'eau et la levure, mélangez ceci à la première préparation, puis travaillez la pâte jusqu'à ce qu'elle devienne homogène. Laissez reposer pendant 30 mn à température ambiante. Faites deux boules, aplatissez-les, de manière à ce qu'elles soient épaisses, en forme de galettes.

A l'aide d'un pinceau, appliquez le jaune d'œuf sur la surface de la pâte, sans appuyer. Laissez cuire pendant 20 mn. Dégustez-le chaud ou froid. Bon appétit.

Que Pasa à la Ste Fa? > N°7 - Mars 2003
Lycée Prof. S^{te} Famille - Besançon (25)

PAIN DE MIE AU CHOCOLAT

Ingédients:

- du pain de mie
- du beurre
- du chocolat en poudre

1

Couper le pain de mie en tranches.

2

mettre les tranches sur un plat.

3

les beurrer, les saupoudrer de chocolat.

4

les mettre au four 5mn pour que le chocolat fonde.

La Salopette à 7 poches > 1991/1992
École de Boisgervilly (35)

Quelle histoire !

1. L'HISTOIRE DU PAIN

Le premier boulanger : Il était Égyptien et vivait au temps des pharaons, 3000 ans avant J.C.

Le premier levain : Les Hébreux avaient rapporté d'Égypte la recette du pain. Une petite étourdie oublia de la pâte qui leva à l'air libre. « Tant pis ! » se dit-elle. Pétrie et cuite, la pâte leva plus légère et meilleure au goût. Bien avant d'être moulu, le grain de blé a été broyé. Les hommes écrasèrent les grains avec une pierre ronde, puis firent des bouillies ou des galettes cuites avec la farine obtenue. Avant, ils mangeaient le blé cru ou grillé. Plus tard, les romains inventèrent une meule pour écraser les grains. (...)

Les ados de Pergaud > N° 11/2001 - Coll. L. Pergaud - Fresnes-en-Woëvre (55)



Mont Journal > Année 2003-2004 - École de Chambord (41)

Préludes et ouvertures : les mises en bouches ne manquent pas d'imagination.

la soupe des navets

des carottes

des oignons

des pommes de terre

du celeri

des poireaux

de la citrouille

de l'ail

du persil

Le Petit reflet > N°1 - Dec. 1993 - École de Guichen (35)

1) salad

2) ingrédients coupés

3) ça colle

4) ça donne ça

LE PÂTÉ BERRICHON

Ingrédients :

De la pâte, de la chair à saucisse, 1 oignon, 2 échalotes, 2 ou 3 gousses d'ail, 2 ou 3 branches de persil, du sel du poivre, des oeufs durs coupés en moitié, 1 jaune d'œuf délayé avec un peu d'eau.

Étalez la pâte de façon à pouvoir faire deux rectangles. Mettez la chair à saucisse dessus, mais pas trop épais (environ 1 cm). Mettez les demi œufs dessus.

Recourbez les deux côtés de la longueur sur la chair à saucisse et les œufs, puis, placez la bande étroite sur le dessus. Soudez avec le jaune d'œuf, puis badigeonnez le tout pour que ça dore. N'oubliez pas de faire des trous sur le capuchon pour que la vapeur sorte. Faites cuire dans un four chaud préalablement chauffé (th. 8). Quand le dessus est bien doré, c'est cuit. Selon vos goûts, vous pouvez servir froid ou chaud. Bonne dégustation.(...)

Le P'tit bossu de N.D. > N°2 Mars 1999 - Cahors (46)

Entrée Flan de thon

Ingrédients :

- 1 boîte de thon à l'huile (190 g)
- 2 boîtes de thon au naturel (190 g)
- 6 œufs
- 2 cuillères à soupe de crème fraîche
- 100 g de fromage blanc
- 1/2 cuillère à café de sel
- persil
- 1 moule à cake beurré

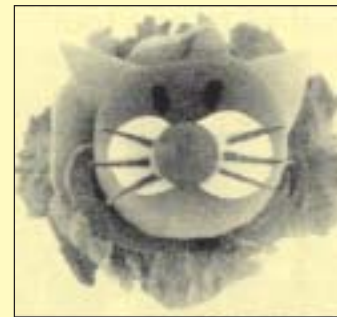
1) allume le four, thermostat 6 (chaleur moyenne). Beurre un moule à cake.

2) Égoutte le thon, et écrase-le à la fourchette dans un saladier. Dans un bol, bats les œufs entiers et verse-les dans le thon. Ajoute les autres ingrédients et mélange.

3) Mets le flan dans le moule et fais cuire 1/2 heure. Il doit être légèrement doré. Attends qu'il soit bien froid pour le démouler et l'emballer.



Champagne > N°39 Année 2003/2204 Collège Louis Pergaud Faverney (70)



Le chat en sandwich

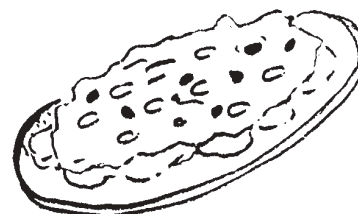
Les ingrédients

Il te faut :

- du saucisson
- du jambon
- du pain de mie en tranche
- une planche à découper un couteau
- des carottes
- des cornichons
- des œufs durs
- des radis
- du persil
- un concombre
- du beurre
- du ketchup ou de la mayonnaise en tube

Sors le beurre. Fais cuire les œufs durs (3mn.). Avec les légumes prépare des lamelles, des languettes. Utilise des haricots verts. Inspire toi de ce motif et inventes-en d'autres pour créer tes tableaux

JMP 5/7 > N°2 - Avril 2003 Ecole M. Placide -Fort de France Martinique (97)



La Salopette à 7 poches > 1991/1992 - École de Boisgervilly (35)

Terrine végétarienne aux lentilles

- 300 g de lentilles roses (ou pas)
- 100 g d'orge (ou autre céréale)
- 2 échalotes
- 1 carotte
- 1 poivron rouge
- 1 branche de céleri
- 2 œufs
- 120 g de fromage de chèvre frais
- huile d'olive.

Faire revenir les échalotes hachées, ajouter carotte, céleri et poivron en petits dés puis cuire à feu doux 10 mn. Ajouter lentilles et céréale, faire revenir quelques minutes, couvrir l'eau et faire cuire 40 mn. Ajouter de l'eau si nécessaire mais le tout doit se réduire en purée épaisse à la fin de la cuisson. Laisser tiédir. Préchauffer le four à 180° (th. 4). Ajouter les œufs et le chèvre émiétté. Tapisser de papier cuisson, mouiller un moule à cake, y tasser la purée, lisser la surface et enfourner 40-45 min. Laisser tiédir avant de retourner. On peut accompagner le cake, un peu sec, d'une sauce à base de dés de tomates, échalotes hachées, basilic huile et vinaigre.

Le Collégien > N°4 - Juin 2004 Coll. Montgolfier -Paris 3e (75)

Pizza Keke

Ingrédients :

- de la pâte brisée prête à étaler
- 2 beaux oignons
- de la sauce tomate
- des lardons
- du gruyère

Étalez la pâte dans un moule à tarte, ensuite garnir la pâte de la sauce tomate. Après disposez les oignons coupés en lamelles et les lardons et recouvrir le tout de gruyère. Mettre au four ther. 6 pendant 20 mn. Servir chaud.

PressCitron > N°16 - Rennes (35)



Le Collégien • n°4



Press Citron • n°15



MagVerne • n°0



JMP 5/7 • n°2



Le P'tit Bossu de ND • n°2

Pause cantine. Où l'on découvre ce que n'est pas la gourmandise ? voire...

On a faim! on a faim!

Tous les midis les élèves de Saint Germain du Crioult se rendent à la cantine de la Varende et certains se plaignent.

«Parfois les repas ne sont pas assez chauds» nous disent les élèves de Saint Germain du Crioult. «Parfois les menus ne sont pas respectés» ajoutent-ils.

Les personnes de la cantine nous expliquent que l'incident de steacks hachés n'est arrivé qu'une seule fois. En fait, il s'agissait d'un contre-temps. Le premier groupe de La Varende était rentré un peu plus tard que d'habitude alors les surveillantes ont dû aller un peu plus vite mais malheureusement elles n'ont pas eu le temps de réchauffer les steacks. En ce qui concerne les menus, il faudrait poser la question à l'intercom.

Nous avons demandé ce qu'elles pensaient des enfants et de leur comportement. Les personnes de la cantine disent que «les enfants ne se tiennent pas bien et n'ont pas un bon comportement à la cantine».

Les enfants, eux, trouvent que «la purée est industrielle» et que «la nourriture n'est pas bonne». D'après eux, «les cantinières sont trop sévères» et «c'est trop bruyant». Voilà un constat sur lequel tout le monde est d'accord.

Erwan, Aymeric, Julien - CM1

Les P'tits Crayons - N°6 Avr. 2004
Écoles Maternelles et Élémentaires de Saint Germain du Crioult (14)



Press'Citron > N°16

LA CANTINE

On s'y régale,
On s'y plaît
Dans cette petite ou grande salle
Réviser, plaisanter et manger, c'est ce que l'on y fait...
Tous ces petits plaisirs disparaissent,
Lorsqu'un fromage vient s'écraser
Sur le rebord d'une de vos pensées
Qui fait chavirer tout ce que vous aviez en tête

Pauline LERAY BOITELLE (6^e)

BDB Express > N°2 - Mars 2004 - Coll. B. de Born - Périgueux (24)



Press'Citron > N°16 - Dec. 1992 - Ecole Léon Grimault -Rennes (35)

Les stagiaires de la cantine

Depuis le mois de décembre, il y avait des stagiaires. Elles aidaient à la cantine et à faire le ménage. Les stagiaires se nommaient Christelle et Amandine. Christelle est partie au mois de janvier, elle n'est restée qu'un seul mois. Amandine est restée jusqu'au mois d'avril. Elles étaient toutes les deux très gentilles. Elles nous ont appris les bonnes manières.

Ludivine Adelaïde

Garnements > N°2 - Avril 2004
Écoles d'Agris et La Rochette (16)

Honneur au cuisinier!

Il a paru logique à Chewing Gum de s'intéresser, après toutes les informations que nous avons collectées pour vous sur le commerce équitable, au service de la cantine du collège. En effet, dans vos assiettes, que trouve-t-on? Et comment le cuisinier se débrouille-t-il, jour après jour, pour nourrir vos appétits de collégiens en pleine croissance? Pas facile d'arriver à tout concilier: la diététique, vos goûts, les impératifs financiers et la santé... Delphine l'a cuisiné!

D: Est-ce que vous connaissez le commerce équitable?

Le cuisinier: Non, à dire vrai, je ne sais pas trop à quoi ça correspond. J'ai une vague idée, mais très vague...

D: Bon, vous lirez notre dossier et ça vous convertira sûrement. Vous faites combien de repas par jour?

C: Disons, en moyenne 200, voire un peu plus.

D: Est-ce que vous utilisez des produits frais pour élaborer les plats?

C: Pour ce qui est des viandes, oui. Et un grand nombre de légumes, surtout pour les entrées. Mais j'utilise aussi des surgelés et des boîtes 5-1, qui sont de grosses conserves. Ce sont des produits tout faits, mais on les retravaille, on les améliore pour que ce soit meilleur, avec des épices, des oignons, etc.

D: Avez-vous l'impression que les élèves savent apprécier les plats qui sont bons pour la santé, du genre légumes, poisson...?

C: Euh! Pas vraiment. Si on les écoutait, on leur mettrait souvent frites, coca sur la table. Ça ils adorent.

D: Y-a-t-il beaucoup de déchets?

C: Normalement. Mais c'est vrai, par exemple, qu'on fait très attention aux huiles de friture.

On les change plus souvent que ça n'est obligatoire et on ne les évacue pas n'importe où, il y a

des grands bacs à graisse exprès pour les vider.

D: Est-ce que vous pensez que c'est bien de cuisiner avec des produits Bio, où que ce n'est pas valable?

C: Non, c'est bien. Mais à la base, pour nous, c'est trop cher. On ne peut pas. Le prix de revient d'un repas est tout de même à 1,50 _ par personne. Et puis je tire les prix au maximum. Je les négocie au plus juste. Je travaille avec des fournisseurs que je connais bien et je leur demande un effort. Et puis je prends des promotions, ça aide.

D: Et l'hygiène?

C: Ce sont deux inspecteurs qui passent une fois par an, sans prévenir et qui regardent tout, du vestiaire à la plonge, en passant par la cuisine. Il y a intérêt à ce que tout soi OP. Sinon!

D: Est-ce que vous savez si il y a des OGM dans les produits que vous utilisez?

C: Non, je ne pense pas, parce que c'est marqué.

D: Est-ce que les élèves vous font savoir s'ils aiment ce que vous leur préparez?

C: Non, j'ai très peu d'échos.

Et c'est bien dommage!
CHEWING GUM AUSSI, PARCE QUE VRAIMENT ON A EU L'IMPRESSON QU'IL SE DONNAIT BEAUCOUP DE MAL!!!

DELPHINE

Chewing Gum > N° 2 - année 2003-2004 -
Collège La Grange du bois- Savigny Le Temple (77)



B.D.B. Express • n°2



Press'citron • n°16



Les p'tits Crayons • n°6



Garnements • n°xx



Chewing gum • n°2

Autorisant tous les défoilements, elle polarise les regards critiques : accès, propreté, contenu de l'assiette, ambiance

Du côté de la cantine

(...) c'est pourquoi j'aimerais donner mon avis à propos de la récente fermeture d'une partie du réfectoire. Ce que j'ai remarqué comme changement depuis, c'est que l'on arrive certaines fois (le lundi et le mardi surtout) avec nos plateaux, et il n'y a plus de tables libres ! Beaucoup d'autres adeptes de la demi-pension se reconnaîtront dans ce cas-là. Bien sûr, il reste des places libres mais s'y asseoir signifierait s'incruster à la table de gens que l'on ne connaît pas nécessairement.

La première fois que ça m'est arrivé, quand on est entré dans le réfectoire, on a remarqué ce changement et on s'est d'abord demandé ce qu'il se passait (on peut d'ailleurs déplorer le manque d'informations à ce sujet). Lorsque l'on a été servi, on a finalement compris que ce changement impliquait que nous ne pourrions plus manger ensemble. On s'est plaint et là on nous a dit de « compléter ». On veut nous caser comme des voitures dans un parking lol !!! Sur le coup j'ai cru que ce changement était dû à une baisse des moyens, ou que les employés n'étaient plus assez nombreux pour entretenir aussi cette partie du réfectoire. Mais après j'ai appris que c'était un test pour voir si le self pouvait tourner une fois amputé de cette zone avec dans l'idée de construire l'an prochain un mur pour faire une sorte de seconde salle d'accueil ou de travail pour les élèves à l'endroit de la partie condamnée du réfectoire. (...) On vient au self d'une part pour manger mais aussi pour la pause de midi et pour se détendre, entre autre en discutant, si on doit s'asseoir à la table de gens qu'on ne connaît pas, on s'ennuie et on repart tout de suite du réfectoire (d'ailleurs on mange plus vite et la digestion s'en ressent, si, si !!).

Oui bon cette nouvelle mesure peut avoir des effets sociaux bénéfiques sur les demi-pensionnaires. Oui, ça peut nous permettre de connaître de nouvelles personnes ! Mais bon ce que je remarque avant tout, c'est qu'avant on avait plus de places, qu'on s'asseyait à la table qu'on voulait et qu'on pouvait rester un groupe au moins ensemble pour le repas. C'est peut-être pour tester mais voilà, malgré tous les efforts du lycée, le réfectoire n'est pas aussi peu fréquenté que ça !

Alex

Oghma > N°6 - Juin 2004
Lycée Emmanuel Mounier - Grenoble (38)

Première bonne résolution du lycée !!!

Pour cette nouvelle année, le lycée a déjà pris une bonne résolution : la commission des menus a eu lieu !!! La réunion commença vers 14 heures en salles Louis Galas.

► Les nombreux élèves intéressés pour que les repas de la cantine soient améliorés se sont précipités à cette réunion (...). Le proviseur a commencé par une brève présentation du personnel de la cantine, puis a laissé la parole aux élèves...

► Les questions posées par les lycéens concernaient :
- l'amélioration de la qualité du repas (avec plus de produits frais et plus de diversité)

- plus de choix
- moins de patates
... par exemple, le coût d'un plateau comprenant une entrée, un plat de résistance, un fromage et un dessert ne doit coûter que 2 euros. (...)

Par ailleurs, il y aurait un projet en réalisation il y aurait des panneaux avec des couleurs pour découvrir le menu équilibré du jour.

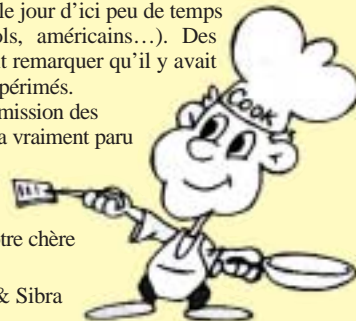
Les lycéens ont remarqué qu'il leur était servi beaucoup de pommes de terre, ils souhaiteraient qu'elles se fassent plus rares. De plus, les cuisiniers ont déclaré qu'il y avait des problèmes de cuisson. (...)

En ce qui concerne la cuisson de la viande, les lycéens ont demandé à ce qu'il y ait des viandes soit grillées, soit poêlées, soit cuites (la viande bourguignonne, une viande de deuxième et troisième classe, va être servie aux élèves). Un projet de menus à thèmes pourrait voir le jour d'ici peu de temps (ex. espagnols, américains...). Des élèves ont fait remarquer qu'il y avait des aliments périmés.

► Cette commission des menus nous a vraiment paru prometteuse quant à l'avenir de nos repas dans notre chère cantine !!!

Groeneberg & Sibra

Le P'tit Moulin
N°5 - Janvier 2004 - Lycée Professionnel
Jean Moulin - St Amand Montrond (18)



La cantine, crado pour les intimes



Il faut un temps où manger à la cantine était un supplice. Aujourd'hui c'est un plaisir. La preuve avec le récit d'un repas de lycéen.

12h26 : notre petit lycéen sort de cours, langue pendante, l'estomac creusé par une matinée de cours ininterrompue. L'heure est venue de se restaurer, et c'est alors que notre ami part avec toute sa troupe jusqu'au réf. (...)

12h31 : second obstacle : la bousculade pour entrer dans la cantine. C'est l'heure de pointe, les places sont chères et il faut souffrir pour manger à sa faim. Au fil des minutes la scène est de plus en plus sanglante : des gros malins qui sont à l'arrière du peloton s'amusent à pousser pour entrer plus vite. Et là, c'est le drame. 18 morts étouffés et piétinés, 14 hélicoptères jusqu'à l'hôpital le plus proche.

12h52 : après exactement 21 minutes et 18 secondes de queue, notre élève passe enfin les portes du paradis. Une dernière embûche est semée : il doit annoncer son numéro. Ce qui n'est pas aisé après avoir dépensé tant d'énergie.

12h53 : ça y est, enfin, notre lycéen a en point de mire les assiettes fumantes. L'élève prend un plateau. Et premier problème : pas de petite cuillère. Après en avoir demandé à la cantinière, il prend ses couverts et du pain (32 % mangeable et 68 % de miettes).

Premier choix difficile : les entrées. Au choix : pamplemousse, salade ou un vieux morceau de pâté. Deuxième choix : le plat de résistance. Brocolis/mouton ou haricots verts/rôti pas cuit.

Enfin troisième choix : très difficile car fromages sans goût, glaces fondues et fruits pas mûrs sont très appétissants. Enfin, un dernier problème : pas de serviettes ni de sel. La raison : « c'est mauvais pour les artères ».

12h56 : notre élève cherche une place.

13h01 : Il sort du réf. après avoir mangé que du pain. Il croise le cuisinier et le tue d'un coup de couteau dans le dos.

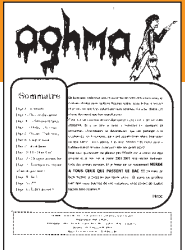
BILAN DU REPAS : 18 morts, 32 blessés et 1 054 intoxiqués à cause du pamplemousse servi depuis la rentrée.

Morale : « Tant que vous avez des dents, croquez des pommes ».

Conseil pour bien manger à la cantine : ne pas y manger.



Le gâteau sur la cerise > N° 14 - Janvier 2003-
Lycée Saint-Exupéry - Parentis en Born (40)



Oghma • n°6



Le P'tit Moulin • n°5



Le Gâteau sur la cerise • n°14



Passons aux choses sérieuses avec des recettes qui « assurent »...

Paëlla pour 100 personnes

Ingrédients :

Volaille pilon de poulet	10 kg
Moules décortiquées	1 kg
Chorizo	2 kg
Filet de merlu	5 kg
Bouquet de crevettes	2 kg
Petits pois	0,500 kg
Oignons émincés	2 kg
Poivrons roues en lanières	1 kg
Riz charleston	7 kg
Ail	0, 250 g
Huile d'olive	0,5 l
Margarine	1 kg
Vin blanc	1 l
Estragon	0,100 kg
Origan	0,100
Bouillon de poulet	10 l
Safran ou curcuma	0,002 ou 0,100 kg

Réalisation
Faire chauffer l'huile et la margarine dans une grande casserole à fond épais. Ajouter les morceaux de poulet. Laisser cuire 2 à 3 minutes à feu moyen jusqu'à ce que le poulet soit doré. Retirer les morceaux de poulet de la casserole. Les égoutter sur du papier absorbant. Faire revenir les crevettes bouquet, puis les réserver. Faire revenir maintenant les oignons et l'ail. Déglacer* avec le vin blanc. Laisser réduire, ajouter le riz et nacer** celui-ci. Ajouter les poivrons, le chorizo, les petits pois, les moules, les bouquets. Mélanger la préparation. Mouiller avec le bouillon de volaille. Ajouter le safran, l'estragon, l'origan. Saler et poivrer. Couvrir et laisser cuire 20 mn environ. Ajouter les filets de poissons et remettre à cuire la paëlla 5 à 10 mn. Vérifier l'assaisonnement et servir.

La paëlla est le plat de riz espagnol le plus connu. Elle tient son nom de la casserole ronde à rebord, la paëllera, qui sert à sa préparation. On peut varier la recette de base en ajoutant des fruits de mer, des coquilles Saint-Jacques. À vos fourneaux et bon appétit !

* verser le vin et le déglacage se fera tout seul
** Le riz devient translucide.

Le Biface > N°4 - Sept/oct 2002
Lycée Boucher de Perthes - Abbeville (80)

Perles et rubans

Pour 4 personnes
Préparation : 8 minutes
cuisson : 15 minutes et
1 heure pour la macération

Ingrédients

250 g de tagliatelles
1 belle tranche de saumon fumé
1 filet de saumon frais
100 g d'œufs de poisson rouges et noirs
15 cl de crème fraîche
1 citron
1 petit fenouil
sel

Réalisation

Découpez le saumon frais en petits cubes et mettez à tremper dans le citron pour 1 heure.

Faites bouillir une grande quantité d'eau salée dans laquelle vous aurez coupé du fenouil en petits morceaux (n'oubliez pas de garder les feuilles). Jetez-y les tagliatelles et faites-les cuire 10 minutes.

Pendant ce temps, découpez le saumon fumé en ruban.

Égouttez les pâtes et mettez-les dans un plat préalablement chauffé.

Arrosez-les de crème fraîche.

Posez par-dessus les cubes de saumon mariné, les rubans de saumon fumé et les perles d'œufs de poisson.

Décorez de quelques brins de fenouil et servez aussitôt, sur des assiettes chaudes.

Le Collégien > N°4 - Juin 2004 - Coll. Montgolfier Paris 3^e (75)

MOULES MARINIÈRES



Ingrédients pour 4 personnes

o 4 litres de moules
o 30 g de beurre ou margarine
o 2 échalotes
o 1 verre de vin blanc sec
o 1 cuillerée à café rase
o Persil
o Sel et poivre

Préparation

Grattez et lavez bien les moules. Mettez-les dans une cocotte avec une noix de beurre ou de margarine, échalotes hachées, vin blanc. Faites-les ouvrir dans une cocotte couverte, sur feu vif, pendant quelques minutes. Mélangez 2 ou 3 fois pendant la cuisson.

Dès qu'elles sont ouvertes, retirez-les de la cocotte, en conservant le jus de cuisson. Déposez-les dans un plat creux. Gardez les au chaud.

Passez le jus de cuisson des moules à travers une passoire fine. Remettez-le sur le feu. Malaxez avec une fourchette une cuillère à café de farine avec le même volume de beurre ou de margarine. Incorporez le tout au jus de cuisson des moules sur le feu. Laissez bouillir un instant. Salez et poivrez. Versez sur les moules. Saupoudrez de persil haché et servez.

Les Années nous > N°2 - Mars 2000
Maison familiale - La Clayette (71)

La Tartiflette

Préparation : 10 mn, cuisson : 40 mn environ

Ingrédients :

– lamelles de pommes de terre (compter 350 à 400 g par personne)
– lamelles d'oignons
– lardons
– 1 reblochon
– un peu de matière grasse

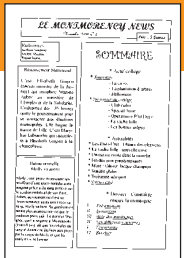
Préparation :

1. Éplucher les pommes de terre
2. Trancher chacune en lamelle
3. Faire rissoler les lardons dans la matière grasse
4. Ajouter les pommes de terre et oignons, faire rissoler.
5. Ajouter, selon le goût quelques herbes fraîches ; saler et poivrer.
6. Couvrir de reblochon dont on a prélevé de belles tranches et gratiner à four moyen pour laisser les parfums se mêler.

Le Montmorency News > N°2 - Novembre 2000
Coll. A. de Montmorency - Fère en Tardenois (02)



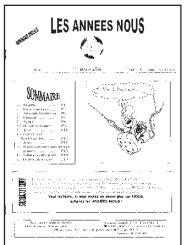
Le Biface > N°4 - Sept./oct 2002
Lycée Boucher de Perthes - Abbeville (80)



Le Montmorency News
n°2



Champagne n°39



Les Années nous n°2



Le Biface n°4

Un petit zeste d'inattendu n'empêche pas de jouer les classiques

Dans «Vendredi ou la vie sauvage», Robinson raconte comment Vendredi lui préparait à manger. À partir du roman de Michel Tournier, nous avons écrit une recette pour préparer le poulet que vous pourrez utiliser si le cœur vous en dit.

Le poulet à l'argile

Ingrédients

- Un poulet
- Des herbes aromatiques
- Du sel, du poivre
- Il faut aussi :
- Du bois pour le feu
- De l'argile
- De l'eau

Préparation

- Vider le poulet (en lui laissant les plumes), poivrer, saler puis mettre des herbes.
- Préparer l'argile en la mouillant un peu pour qu'elle soit facile à modeler et à pétrir.
- Une fois prête, faire une galette. Rouler la galette autour de l'oiseau pour qu'il soit bien fermé (normalement le tout doit avoir la forme d'un ballon de rugby). Il doit y avoir à peu près une couche de 1 à 3 cm d'épaisseur.
- Faire un feu de bois bien nourri, mettre la boule dans un trou au milieu du feu.
- Entretenir le feu pendant 1 h ou 2.

- Une fois la boule bien dure, la sortir du feu. Casser la boule, les plumes doivent être collées à l'argile. C'est prêt !!!

Conseil

Vous pouvez servir avec de la farce, c'est encore meilleur.

La Salopette à 7 poches > N°14 1996

École de Boisgervilly (35)

Comment fabriquer du fromage ?

- Ingrédients : 1/2 cuillère de PRÉSURE, 5 litres de LAIT cru, du gros SEL.

Matériel : PASSOIRE, COUTEAU, thermomètre, BASSINE de préférence en cuivre.

Mettre le LAIT dans la BASSINE, puis le thermomètre et faire chauffer ce LAIT à 32°.

Ajouter un 1/2 cuillère de PRÉSURE avec un tout petit peu d'EAU. Attendre que le LAIT caillé 30 minutes ou plus. Coupez-le avec le COUTEAU jusqu'à ce que les morceaux deviennent plus petits qu'une NOISSETTE. Refaire chauffer à 35-36°. Mettre le caillé dans une PASSERELLE et le presser pour qu'il se sépare du petit LAIT. Donner le petit LAIT aux cochons ou le jeter. Démouler le fromage et le saler. Faire vieillir 1 mois à 13°. Le retourner tous les 2 jours.

Gustez - y et régalez - vous !!!

MIAM! MIAM!

Hippo Tam Tam > N°4
Nov. 1992 - Ecole Parthenay de Bretagne (35)

Escalopes de dinde au paprika (pour 4 personnes)

Une escalope de dinde comme vous n'en avez jamais mangée!

Ingrédients : 4 escalopes de dinde, huile d'olive, moutarde, paprika, crème fraîche, sel, poivre

Progression et préparation : Badigeonner les 2 faces des escalopes avec de la moutarde puis saupoudrez de paprika

Faire cuire les escalopes dans une poêle avec l'huile d'olive.

Lorsqu'elle est cuite des deux côtés, mettre tout simplement la crème fraîche. Salez et poivrez. Servir avec du riz et des pâtes.

Que Pasa à la Ste Fa? > N°8 - Mars 2003 - Besançon (25)

RECETTE DU MOIS

Côtes de porc à la banane (pour 2 personnes)

Ingrédients :

- 2 côtes de porc
- 2 cuillères à soupe d'huile
- 2 bananes à cuire pas trop mûres
- 40 g de beurre
- 1 cuillère à café de romarin haché
- 1 petite branche de thym, persil.

Préparation :

Huilez, salez et poivrez les côtes Placez-les sur la grille du four, au dessus de la lèche-frite.

Saupoudrez-les de romarin et de thym et faites cuire à four moyen pendant 25 mn, ajoutez les bananes épluchées et coupées en rondelles épaisses arrosées de beurre fondu.

Après cuisson, disposez les côtes sur le plat de service avec les bananes et décorez avec le persil en bouquet. **Bon appétit !**

Lagro attitud' > N°4 - Mars 2004

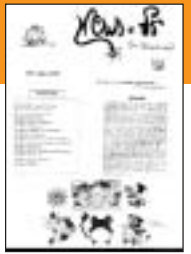
Collège J. Lagrosillière - Ste Marie - Martinique (97)

Chez les Corses : Viande : Ragoût de sanglier

- 1 kg de sanglier (épaule désossée ou cuisse) ou côtes avec os coupées en morceaux
- 1 gousse d'ail
- 1 oignon
- 1 échalote
- 1 carotte
- herbes de Provence
- 1 l de vin rouge

Dans un grand saladier, mélanger la viande avec ail, oignons, échalotes et la carotte coupée en morceaux (émincés). Saler, poivrer et arroser de vin. Laisser mariner 1/2 journée (8 à 10 h). Dans une cocotte minute, faire revenir la viande avec les aromates, la retourner 3-4 fois, puis mouiller avec le reste de la marinade. Fermer la cocotte et faire cuire 30 mn. Si ce n'est pas suffisant, refaire cuire encore un peu 10 mn en rajoutant de l'eau si besoin est.

News.fr > N°2 - Mars 2001 - Lycée Chateaubriand - Combourg (35)



News.fr • n°xx



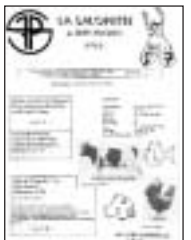
Lagro Attitud' • n°4



Que Pasa à la Ste Fa? • n°8



Hippo Tam Tam • n°4



Salopette à 7 poches • n°14

Hamburger or not hamburger?

De la gourmandise • Revue de presse des journaux scolaires et lycéens 10

Attention, sujet sensible : s'il faut trahir le jambon-beurre, que ce soit en toute connaissance de cause



Nous avons une fâcheuse tendance, nous les jeunes, à manger tout et n'importe quoi ! Le Mc Do est un endroit sympa où tout le monde se retrouve avec ses amis après une séance de cinéma. Certains y mangent plus de deux fois par mois, voir même plus ! On n'aime pas les américains et pourtant... on les imite ! Nous, on est français et fier de l'être, car dans notre petit pays nous avons une grande diversité de plats!!! Cherchez l'erreur ! Pas de surprise au Mc Do ! mêmes produits, mêmes calories qui s'ajoutent, et mêmes kilos qui se mettent toujours là où il ne faut surtout pas qu'ils soient. C'est triste à dire, mais au bout d'un moment on ne regarde même plus ce que l'on mange et on devient des habitués des pommes de terre frites qui baignent dans l'huile, des steaks dont on ne connaît pas la provenance, coincés entre deux tranches de cheddar.

D'accord le Mc Do c'est bon marché, rapide et on n'est pas obligé de s'installer pour les petits creux... agréable, certes, mais ce n'est pas une raison pour se laisser bouffer par le système !

Je vous en supplie ne devenons pas américains en mangeant des sandwichs dégoulinants de garniture dans des papiers en polyester. Gardons notre propre personnalité, notre façon de déguster les choses... la France c'est aussi sa gastronomie. Je ne vous demande pas de tous boycotter mais ne nous étonnons pas de voir notre moustachu : José Bové détruire un Mc Do. Sur ce, bon cheeseburger chers lecteurs!!!

Adélaïde Brun - Sde 1

Baratinage! > N°1 - Mai 2004 -
Lycée Sophie Barat - Normandie

Je suis un hamburger



On parle souvent de mafia de l'alcool ou de mafia de la drogue, eh bien il existe aussi une mafia du sandwich. Bien plus développée que les autres d'ailleurs, c'est pour ça qu'on en entend jamais parler. Le parrain vénéré entre tous est le jambon-beurre. Des fois, il se déguise en hot dog pour passer inaperçu, mais il reste un jambon-beurre. Nous, on est un humble panini et une hamburgeresse. On

s'occupe des impôts officieux. Notre mission : obtenir la faillite de McDo l'usurpateur et ses acolytes. C'est bien parti. On ne sait pas pourquoi, c'est nos parents les croques (Monsieur et Madame Croque) qui s'occupent de tout. Il paraît que c'est une histoire de détournement d'obèses. Ils étaient chez McDo et ils sont passés chez le juge, un truc dans le genre. Mais attention : ça n'est pas parce que papa et maman font nos devoirs qu'on travaille pas bien : on révise nos matières grasses périodiquement. Par contre, les pains bagnats et les thons-mayonnaises nous créent tout le temps des problèmes vu que c'est les chouchous du jambon-beurre et qu'ils peuvent faire ce qu'ils veulent sans être privés de sésame. Alors si vous êtes friands de l'un de nos ingrédients fétiches (salade, tomate, œuf, thon, charcuterie, bifteck, béarnaise, mayonnaise, ketchup & co), rejoignez la « Secte Parallèle » qui défend la cause des sandwichs opprimés et a pour but le renversement du jambon-beurre et la mise au pouvoir des Croques. Vive les sandwichs, vive nous !

HP Deskjet et MW

PS : en ce moment, grande fondue chez McDo : sabotez la fête et montrez votre engagement à nos côtés.

La Fenêtre > N°1136 - 11 Mars 2003
Lycée N-D-La-Riche - Tours (37)

Quelle histoire !

L'origine du fast-food

Malgré son image moderne, le fast-food est connu depuis bien longtemps et dans bon nombre de pays : le fish 'n' chips (poisson et frites) des britanniques, les tapas (« couvre faim ») des espagnols et même les suchis japonais (poisson cru sur du riz). Le fast-food fut inventé au XVIII^e siècle par un aristocrate anglais : Lord Sandwich. Il eut l'idée de garnir du pain avec des aliments pour se nourrir sans avoir besoin de quitter sa table de jeux. La plupart des repas des fast-food sont des dérivés du sandwich comme la pizza, le hamburger, le hot-dog, le croque-monsieur, le panini (italien).

Le Nerval branché > N° 1 - Dec. 2000
Coll. Gérard de Nerval (68)

Quelle histoire !

L'origine des frites

Les habitants pauvres de la région de Namur et Dinant, en Belgique, avaient pour habitude de se nourrir de petits poissons pêchés dans la rivière Meuse.

Au cours d'hivers rigoureux, lorsque la rivière était gelée, ils coupaient des pommes de terre - la seule denrée disponible - en forme de petits poissons qu'ils faisaient frire de la même façon !

Paroles > N°3 - Mars 2002
Lycée Armand Peugeot
Valentigney (25)



Journal >
Collège Georges Brassens
Le Rheu (35)

Le Kebab!!!

Le plat Turc le plus largement convoité est très certainement le kebab. On en trouve en effet des amateurs dans toute l'Europe occidentale. Mais on ignore très fréquemment l'histoire de cette spécialité.

Le doner kebab qui signifie « viande grillée en tournant », est un plat qui existe depuis plus de 600 ans en Turquie. Mais ce n'était pas le kebab que nous pouvons déguster aujourd'hui à chaque coin de rue. Ce plat se servait sur une assiette et était composé de viande à très fort caractère gustatif. C'est seulement dans les années 70 que le kebab « moderne » est né. On remplit maintenant un pain Turc de viande, on y ajoute de la salade, des tomates, de la sauce et des épices.

Malgré toutes les idées reçues ce n'est pas en Turquie que le kebab adopta son nouveau concept. C'est effectivement en Allemagne, dans le pays de la bière et du bretzel que commença le véritable succès du kebab.

En 1971, un immigré Turc : Mehmet HAI-GUN, imprégné du succès des hamburgers à la sauce US, chercha à diversifier ses menus fast-foods. En effet ces immigrés Turcs travaillaient pour la plupart sur des chantiers. Ils n'avaient donc ni beaucoup d'argent ni beaucoup de temps pour manger. C'est ainsi qu'est né le kebab « moderne » : pratique, économique et délicieux ! Toute une recette pour percer dans l'univers économique occidental !

Ce fut donc d'abord en Allemagne que se répandit cette découverte, de l'étudiant au cadre stressé, tous succombèrent.

Le phénomène kebab déborde maintenant dans toute l'Europe. On estime que la production de kebab augmente chaque année de 20%, une croissance qui fait pâlir d'envie plus d'un restaurateur !

Marion CALABRIN

L'écho des Trois Sources > N°27
Mai 2004 - Lycée Les Trois Sources
Bourg-Les-Valences (26)



Le Nerval branché • n°1



La Fenêtre • n°1136



L'écho des Trois Sources • n°27



Baratinage! • n°1

Des recettes à inscrire au patrimoine de l'enfance...

GALETTE DES ROIS

IL FAUT:

- 2 ROULEAUX DE PÂTE FEUILLETÉE
- 3 OEUFS
- 1 MORCEAU DE BEURRE
- 1 DEMI VERRE DE SUCRE
- 1 SACHET DE SUCRE VANILLE
- 1 VERRE DE POUDRE D'AMANDES

MELANGER	REMUER	RAJOUTER	ETALER ET GARNIR
COUVRIR	DORER A L'ŒUF	PIQUER	FAIRE CUIRE

Croc'infos > N°10 - Avril 2004 - École J. Macé - Vergéze (30)

Crumble (Pour 6 personnes),

15 mn de préparation, 30 mn de cuisson

Il vous faut: 5 pommes, 75 g de farine, 75 g de sucre, 125 g de beurre.

- 1) Couper les pommes en quartier, les poêler avec 50 g de beurre, les dorer, les égoutter.
- 2) Malaxer la farine, le sucre et 75 g de beurre.
- 3) préchauffer votre four à 160 °C.
- 4) Dans un plat, étaler les pommes et émietter la pâte par-dessus.
- 5) Laisser 30 mn au four.

Laura, Laurène et Emma

L'Aquarium > N°11
Mai 2004 - Lycée. Immaculée. Conception - Villeurbanne (69)

La recette de la pâte à crêpes

Il faut:
250 g de farine
3 œufs
1/2 litre de lait
une pincée de sel
une c. à soupe d'huile

Mélangez la farine, le sel et les œufs avec un fouet. Versez doucement le lait en remuant. Ajoutez l'huile. Laissez reposer la pâte au moins 2h avant de faire cuire les crêpes.

(Classe des petits)

Le Jonageois Junior > N°9 -Avril 2004 - École P. Claudel -Jonage (69)

La journée des crêpes

Un jour, on a décidé de faire des crêpes (...) l'après-midi, chaque groupe a fait cuire les crêpes. Après la récréation, on a mangé des crêpes avec du sucre, du Nutella fait par Nanou, la confiture de cerises faite par la Mamie de Paul ou du sirop d'érable, tout en buvant du jus d'orange... Les enfants mangeaient quand, tout à coup, les crêpes ont disparu!

Le plaisir de lire > N°12 - Avril 2004
Écoles J. Prévert/J. Ferry - Aytré (17)



Croc'info • n° 10



Le Jonageois Jr • n° 9

BEIGNET DE MARDI GRAS

RECETTE POUR 5 PERSONNES/TEMPS DE CUISSON 20 MN

Ingrédients: 250g de farine, 110 g de sucre, 2 c. à soupe de beurre, 2 œufs, 10 cl d'eau, 1 l d'huile, 1 pincée de sel fin, vanille, cannelle, muscade, 1 citron vert, 5 cl de rhum vieux.

1) Tamisez vos 250 g de farine. Séparez les jaunes et les blancs des œufs. Conservez les blancs au réfrigérateur. Versez les 110 g de sucre semoule et les 10 cl d'eau dans un bol.

2) Râpez le zeste de citron, ajoutez une pointe de sel fin, de la vanille, cannelle et muscade.

3) Commencez à remuer le tout et incorporez les 2 cuillerées de beurre préalablement fondu et les 5 cl de rhum vieux.

4) Sortez les blancs d'œufs du réfrigérateur, montez-les en neige. Incorporez-les dans la pâte. Votre mélange doit être homogène.

5) Faites chauffer votre huile. dès qu'elle est chaude, déposez vos beignets par petits tas à l'aide d'une cuillère.

6) Retournez-les de temps à autre. Egouttez lorsqu'ils ont atteint une belle couleur. Déposez-les sur un linge ou un papier pour enlever l'excédent d'huile. saupoudrez de sucre. Sabrina et Emilie 4-1

Conversation > N°20 - Mars 2004
Coll. A. Stellio - Martinique (97)

GÂTEAU AU YAOURT

Il faut: 1 pot de yaourt, 3 œufs, 3 pots de farine, 1 pot de sucre, 1 sachet de levure, la moitié d'un pot d'huile

1-Verser le yaourt.	2-Casser les œufs.Mélanger.
3-Verser le sucre.Mélanger.	4-Verser la farine.Mélanger.
5 Verser la levure. Mélanger	6-Verser l'huile. Mélanger.

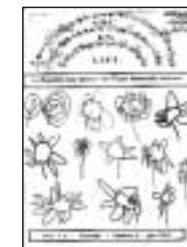
Faire cuire au four. bon appétit!

Laura, Laurence et Emma

Arc en ciel > N°5 - Juin 2004 - École Fontanet - Jonage (69)



L'Aquarium • n° 11



Arc en Ciel • n° 5



Conversation • n° 19

Petit rappel pour se faire un peu peur, avant de s'abandonner aux pièges de la gourmandise...

Végétarien ?

Vers 3 ans et demi, j'ai commencé à comprendre comment la viande arrivait dans mon assiette. Ca m'a dégoûtée de voir qu'on tuait un animal pour le manger. Alors j'ai décidé que moi je n'en mangerais plus, comme ça on n'en tuerait plus. Mais ça n'a pas marché car tout le monde n'est pas végétarien. Mon père, ma mère et mon frère mangent de la viande. Moi, je n'en mange plus depuis 4 ans, que dans les lasagnes, les spaghettis à la bolognaise et les hamburgers. J'aimerais que plus de gens soient végétariens.

Lucie Langlais Vignon

LES ENFANTS DE CE2 ET LA VIANDE

Remarques faisant suite au texte de Lucie

- Mon papa veut que je mange de la viande pour que ça me donne des forces.
- J'ai beaucoup pleuré quand j'ai vu comment on tuait les vaches, les moutons et les veaux. C'était au journal de 20 heures.
- Quand on fait des fêtes, mon père tue le mouton et moi, j'aime ça.
- A la cantine, on nous oblige à manger de la viande. Elle est moins bonne qu'à la maison mais les frites sont meilleures.
- Ma mamie a des poules et des lapins et j'en mange pour ne pas la décevoir mais tout ce qui est viande, j'aime pas.
- On m'oblige à manger de la viande. Je préférerais qu'on me force à manger autre chose que de la viande.
- Ce qui me dégoûte, c'est le sang.
- J'aime mieux les œufs que la viande donc je me passerais bien de viande.
- Quand j'étais petit, je passais mes vacances au Maroc et quand mon grand-père tuait le mouton, j'allais avec lui. J'ai été habitué à voir ça.
- Si on interdit la viande, pense à ceux qui l'aiment. Ce serait dur pour eux de ne pas en manger.

CONCLUSION

Sur 30 enfants : 11 aiment la viande, 16 n'en mangeraient pas s'ils avaient le droit et sont prêts à faire un effort pour manger autre chose à la place.

Press'Citron > N°16 - Dec. 1992
École Léon Grimault -Rennes (35)

La Télévision rend obèse

Un enfant américain sur cinq souffre actuellement d'obésité tandis que 33% de leurs parents sont touchés. Est-ce que ça continue à augmenter ?

En dix ans, la super-obésité chez les enfants américains a été multipliée par 2. D'après le directeur nutrition clinique au New England Medical Center de Boston, il y aurait un rapport entre le nombre d'heures de télévision emmagasiné par les jeunes et leur taux de graisse dans le corps. En effet, les enfants sont influencés par les publicités et entraînent leurs parents à dépenser 128 milliards de dollars par an (768 milliards de francs). Les enfants de 4 à 12 ans sont devenus la dernière frontière du marketing américain. Celui-ci a un pouvoir d'achats de 143 milliards de dollars (85,8 milliards de francs) en 1991, deux fois plus qu'en 1980.



Une enquête faite en Amérique prouve que 45% des enfants ont un récepteur dans leur chambre ; 79% d'entre eux déclarent que grignoter en regardant un programme représente leur activité favorite. D'après un magazine américain, un enfant voit en moyenne 40000 spots de publicité par année. A la fin du collège, il peut en avoir emmagasiné un demi million. (...)

La France devrait quant à elle atteindre le même taux d'obésité que l'Amérique d'ici 10 ou 15 ans !

KIDARI Mélisa 4^e E

Les accros du stylo > N°5 - Avril 2000 - Coll. de Bourg Achard (27)

Manger équilibré !

Les nutritionnistes ne cessent de réfléchir à ce sujet : le nombre d'enfants obèses ne cesse de croître ces dernières années ! Afin d'y remédier, ils proposent de supprimer le goûter de 10 heures aux enfants.

Mais qu'en pensent nos enfants? Faut-il supprimer le goûter de 10 h ?

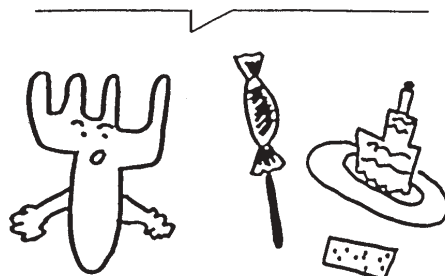
- Il ne faut pas supprimer le goûter parce qu'il y a des enfants qui ne déjeunent pas le matin, certains se réveillent tôt : il leur faut un goûter ! Marina
- Supprimer le goûter, c'est une bonne idée car lorsqu'on devient grand on a pris l'habitude de goûter. Ca nous évitera de grossir ! Mélissa
- Je pense qu'on ne devrait pas le supprimer mais le remplacer par des fruits (banane, clémentine, pomme...) Mathilde
- Oui je pense qu'il faut le supprimer car si on goûte à 10 h, on n'a plus faim à midi. Célia
- **Oui je pense que c'est bien de supprimer le goûter de 10 h. sauf si on n'a pas pris de petit-déjeuner, on peut prendre une pomme. Si on va au sport, il vaut mieux prendre un goûter !** Geoffrey B.
- Il ne faut pas supprimer le goûter de 10 h. car si on ne déjeune pas le matin, on peut manquer de sucre et tomber dans les pommes ! Kévin
- **Je trouve que c'est une bonne idée parce que ça nous évitera de grossir ! Mais ça m'étonnerait que je tienne le coup !** Sandrine
- Il faudrait quand même le laisser : le faire équilibré, manger un fruit par exemple, c'est bon pour la santé ! En plus avec les fruits il n'y aurait plus de papiers de gâteau dans la cour de récréation ! Anaïs
- **Non je suis contre car je ferai un coma !** Julien

Journalistes en herbe > n°24 - Avril 2004 -

Groupe scolaire M. Leroy/J. Rostand - Dombasle (54)

Les conseils de Mademoiselle Fourchette.

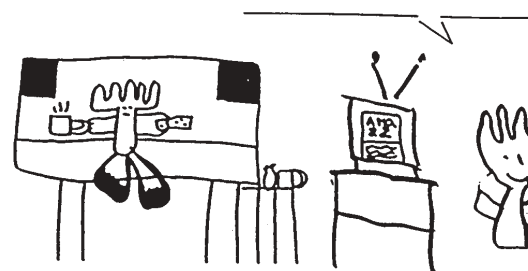
Attention , ne mangez pas trop de sucreries !
C'est très mauvais pour les dents !



Mehdi, Abdelkader, Loic,

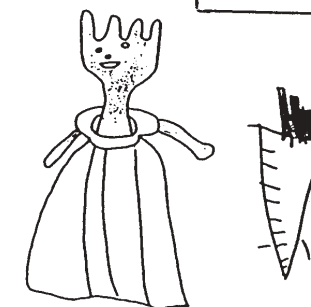
Fax! Junior > N°3 - Mars 1998 - École Française d'Amman - Jordanie

Et ne faites pas comme elle !
Grignoter des chips devant la télé
Ce n'est pas bon pour la santé !



Claire, Khairallah, Nassib (6 ans)

Pour avoir une jolie peau
Faites comme moi :
Mangez des carottes .



Manger pour (bien) vivre, on l'avait un peu oublié: détour par la case «santé», pour voir l'envers du décor...

Aurélie, 17 ans : L'enfer de la boulimie

Aurélie vit un vrai calvaire dès qu'il s'agit de nourriture, de passer à table et de manger. Tout d'abord anorexique, désormais, c'est aussi la boulimie qui maltraite son corps et sa vie.

«Aujourd'hui, je dois me battre à la fois pour manger malgré le refus de ma tête et pour m'empêcher de manger quand une pulsion, une envie de m'empiffrer, me prend. Certains jours, je n'ai qu'un seul but : avaler tout ce qu'il y a de sucré dans la maison et le vomir. L'anorexie-boulimie m'épuise et influence ma vie.»

Les premières phobies alimentaires. Dans la famille d'Aurélie, on mange bien et on fait peu de sport. «A 14 ans, je pesais 66 kg pour 1,52 m, et j'ai commencé à me voir énorme. Petit à petit, presque naturellement, j'ai refusé la viande, les féculents... J'étais écoeurée, je voyais du gras partout et un jour, à la cantine, j'ai fondu en larmes après avoir mangé des haricots au beurre.» En fin de 3^e, Aurélie ne mange plus rien. Quand elle explique à l'infirmière du collège son problème de poids Aurélie pèse alors 59,8 kg, celle-ci jure que ce n'est pas un problème.

Une tomate pour tout déjeuner. Ses copains masquent ses absences de la cantine. «Je voyais bien qu'ils s'inquiétaient pour moi... En été, j'ai passé trois semaines chez ma cousine où il y avait une piscine. J'ai eu un malaise dans la piscine. Là j'ai eu peur.» (...)

La première crise de boulimie. «Ensuite, je suis allée chez ma tante. Pour ne pas la vexer, j'ai un peu mangé. Le premier jour, je me suis même empiffrée : dix pains au chocolat, des céréales...Malade, j'ai fini par tout vomir. J'ai compris alors que je pouvais manger sans grossir ! Lors de ma rentrée en seconde, je pesais 45 kg. Je me sentais vraiment bien, même si parfois, pendant les cours de gym, j'avais des malaises. (...) Durant toute cette année scolaire là, je n'ai connu que quatre ou cinq crises de boulimie. Par contre, l'été, ça s'est corsé. Je suis restée deux d'un mois à la maison et là, je suis passée à trois crises par semaine. La rentrée en première a été difficile. Les filles se moquaient de moi, de mes malaises...»

Une pédopsychiatre des plus maladroites. «Ce médecin était rude, elle parlait crument. Le jour où elle m'a balancé : «Ça ne te dérange pas de te faire gerber ? », j'ai décidé de ne plus y aller. Pendant une semaine, j'ai bien mangé. Puis ce fut la chute : une crise la première semaine, deux, la seconde, jusqu'à quatre crises par jour. Juste à la rentrée en terminale, une amie m'a parlé de l'hôpital Sainte-Anne de Paris. J'ai demandé au médecin scolaire de me mettre en contact (...), ce qui a tardé à se faire. J'étais dégoûtée de demander enfin de l'aide pour ne rien voir venir. Au bout d'un mois j'ai fait une tentative de suicide avec des calmants. Je me suis réveillée dans un hôpital où l'on m'a présenté un psy. Je ne lui ai rien dit. Personne n'avait vu la boîte de calmants qui se trouvait dans mon sac. Je les ai avalés. Cette deuxième tentative les a paniqués et j'ai atterri dans une clinique spécialisée. On a voulu me soigner pour une dépression, mais personne ne voyait mon anorexie-boulimie.»

Un séjour à l'hôpital Sainte-Anne à Paris. En janvier, Aurélie reçoit une convocation pour Sainte-Anne. Là-bas, une psychiatre lui explique la différence entre l'anorexie et la boulimie : «Elle a compris que je voulais guérir la boulimie et non l'anorexie, car je suis toujours obsédée par mon poids. J'ai été hospitalisée (...) pour réapprendre à manger, avec d'autres anorexiques. C'était dur, mais on était solidaire. Entre nous, on se reconnaît, on décortique, on analyse, on boit un verre d'eau entre chaque bouchée, on bloque sur les calories, les matières grasses...» Pas facile dans l'histoire de s'accrocher aux études, mais Aurélie obtient son bac. «Cet été, j'ai fait une crise de boulimie par jour. Mais je sens que ça va mieux, je ne suis plus déprimée. C'est le regard des autres qui est pénible. Les gens (...) nous croient fous. Mais personne ne dit à un gros fumeur qu'il est autodestructeur, qu'il évacue son stress avec la cigarette. Eh bien, moi, ça passe par la nourriture ! Je demande seulement qu'on cesse de me juger...»

Conversation > N°20
Mars 2004 – Collège A. Stelio - Anses d'Arlet - Martinique (97)

Amy



Récré ado > Collège Gérard café - Le Marin - Martinique (97)

Ne pas être dans son assiette



Journal >
École de Chavagne (35)

Gardez vos kilos !

Suivez le guide !!

A l'approche des vacances, quoi de plus naturel qu'un bon repas bien calorique accompagné d'une bonne bouteille ?

En pratiquant un sport devant la télé (ex : foot, rugby,...) qui ne se laisse pas tenter par une bonne bière et des pop-corn bien gras avec beaucoup de caramel ? Et, lors d'un échec sentimental, comment ne pas compenser par un abus de chocolat ? Mais que deviennent toutes ces bonnes choses ? Pour le savoir regardez vous dans la glace.

Rose et Mimi

Les kilos de Momo et de Zow

Et oui les filles, pendant la période d'hiver les petits bourrelets apparaissent et puis vous vous dites que c'est pas grave, je ferai un petit régime avant l'été.

L'été arrive et les bourrelets sont toujours là ; à ce moment-là c'est la panique dans les maillots. Alors un petit conseil, assumez vos kilos superflus en continuant à entretenir votre ligne, en consommant vos gigantesques pizzas et coca, complètement avachies dans un canapé... sans oublier les petits MacDo ! Tous ces plaisirs vont vous donner des petits kilos en trop mais tant pis...

Le principal est d'être bien dans sa tête et dans son jean!!!

Momo et Zow

K'narre > N°5 - Mars 2001
Lyc. Kerustum - Quimper (29)



Fax! Junior n°3



Récéré Ado n°2



K'narre n°5



Conversation n°20



Les Accros du stylo n°5

Noir, blanc, cuit ou nappé: place au chocolat!



Poulout en cavale
• n° 6



L'Obsédé textuel
• n° 10



Le Grand Fernand
• n° XX



Ti journal La Bonny
• n° 1

BANANA SPLIT

POUR 8 PERSONNES
TEMPS DE PRÉPARATION : 5 MIN

INGRÉDIENTS:

GLACE À LA VANILLE : 1/2 L
GLACE AU CHOCOLAT : 1/2 L
GLACE À LA FRAISE : 1/2 L
FRAISES : 200 G

4 BANANES
1 BOMBE DE CHANTILLY.

PRÉPARATION:
PELER LES BANANES ET
LES COUPER EN DEUX.
FORMER DES BOULES DANS
LES DIFFÉRENTS PARFUMS
DE GLACE.

PRÉSENTER DANS
CHAQUE ASSIETTE:
1 QUARTIER DE BANANE,
1 BOULE DE GLACE À LA VANILLE,
1 AU CHOCOLAT,
1 À LA FRAISE, QUELQUES FRAISES
ENTIÈRES ET QUELQUES NOISETTES
DE CRÈME CHANTILLY.
NAPPER AVEC LE COULIS
DE FRAISES.

Élodie et Charlotte

Le Journal Echo > N°1
Mars 2004 - Coll. F. Villon
Fauville en Caux (76)

Les volcans (Cuisson: 35 min à 180°)

Ingrédients : 200 g de farine, 200 g de beurre, 2 œufs,
20 g de chocolat,
Ustensiles : un saladier, une spatule, un pinceau, une casserole.
Mélanger le beurre, la farine, les œufs et le sucre dans un saladier.
Pétrir et former des volcans. Faire fondre le chocolat et le verser au
milieu des volcans. Mettre au four.

Ti journal La Bonny > N°1 - Mars 2003
Kévin (C.E. 1)
Ec. Chapotte Bonny - Le François - Martinique (97)

Tiramisu

Pour 6 personnes; préparation : un quart d'heure.

Ingrédients :

400 g de mascarpone, 24 biscuits à la cuillère, 15 cl de café fort,
4 cuillères à soupe de Marsala, 3 œufs, 50 g de sucre en poudre
30 g de cacao en poudre

Mélanger le café avec les 4 cuillères à soupe de Marsala dans une
assiette creuse. Imbiber rapidement les biscuits de ce mélange et tapis-
ser le fond d'une coupe ou d'un plat. Fouetter le sucre avec les jaunes
d'œufs. Quand le mélange blanchit et double de volume, ajouter le
mascarpone et 2 cuillères à soupe du Marsala restant; mélanger à nou-
veau. Monter en neige les blancs d'œufs et la pincée de sel,
les incorporer à la préparation. Verser cette crème sur les biscuits et
placer au réfrigérateur 4 heures environ. Au moment de servir, saupou-
drer le gâteau de cacao en poudre largement.

Vincent Louvet, 3ème1

Échos de la Rotonde > N°19 - Déc. 2004
Lycée Camille Sée - Paris 15^e (75)

LA CRÈME AU CHOCOLAT ET AUX AMANDES

Pour cette première édition, nous vous proposons une recette banale mais tellement
délicieuse... avec un soupçon d'originalité: la crème au chocolat et aux amandes
Préparation: 20 minutes. Ingrédients pour 4 personnes: 125 g de chocolat, 3 c à soupe
d'eau, 3 œufs entiers, 50 g de sucre en poudre, 10 cl de crème fraîche,
30 g d'amandes effilées.

Dans une casserole, mettre le chocolat coupé en morceaux. Ajouter l'eau, mettre
sur le feu très doux et laisser fondre. Pendant ce temps, séparer les blancs des
jaunes d'œufs, travailler les jaunes et le sucre jusqu'à l'obtention d'un mélange
mousseux. Ajouter ensuite la crème fraîche. Quand le chocolat est fondu,
le retirer du feu, laisser refroidir la préparation en tournant sans arrêt jus-
qu'à ce que la crème épaississe. Incorporez hors du feu les blancs d'œufs
battus en neige ferme. Versez dans une coupe. Tenir au frais. Saupoudrer
d'amandes effilées grillées juste au moment de servir. Bon appétit !!!

Je tiens quand même à préciser que cette recette, bien que super bonne, est aussi
relativement calorique; alors, n'hésitez pas à la partager avec tous vos amis (plutôt que de vous enfilez le sala-
dier en solitaire!!!)

Juliette (B.)

Le Grand Fernand > N°13 - Novembre 2002- Lycée François Daguin - Mérignac (33)



Brownie au chocolat blanc pour 8 personnes

Ingrédients:
370 g de chocolat blanc,
120 g de sucre en poudre,
150 g de beurre,
2 œufs,
1 cuillère à soupe de vanille,
30 g de farine,
1/2 cuillère à café
de levure chimique,
3 pincées de sel,
100 g de noix.



Réalisation:

Préchauffer le four à 150°C. Mixer 240 g de
chocolat blanc avec le sucre. Quand les deux
ingrédients sont bien mélangés, ajouter le
beurre, les œufs et la vanille. Mixer. Ajouter la
farine, la levure, le sel, les cerneaux de noix
brisés et le chocolat restant cassé en morceaux
et mélanger à la cuillère en bois. Beurrer
un moule carré de 20 cm de côté environ.
Y verser la préparation au chocolat blanc et
enfouir 45 minutes.

Brownie aux marrons pour 4 personnes



Ingrédients:
200 g de chocolat
noir,
150 g de beurre,
4 œufs,
50 g de farine,

130g de sucre en poudre,
100 g de crème de marrons,
50 g de brisures de marrons glacés.

Réalisation:

Préchauffez le four à 150°C. Faites fondre le
beurre et mélangez-le avec le sucre.
Ajoutez 2 œufs, puis 25 g de farine, puis 2
œufs et le reste de la farine. Mélangez entre
chaque opération. Faites fondre le chocolat au
bain-marie et ajoutez-le à la préparation.
Ajoutez enfin la crème de marrons et la moitié
des brisures de marrons glacés. Versez dans
un moule carré ou rectangulaire beurré.
Faites cuire pendant 20 minutes dans le four.
Laissez refroidir avant de démouler.

L'Obsédé textuel > N°10 - Janv. 2003
Lycée E. Delacroix- Maison-Alfort (94)

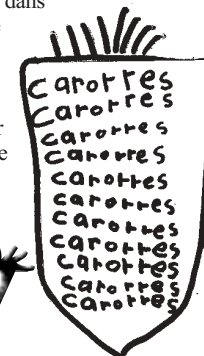
Le gâteau à la carotte

LES INGRÉDIENTS

200g de sucre roux, 200g de farine
250 g de carottes râpées, 6 œufs,
200g d'amande en poudre
125 g d'huile d'arachide,
1 cuillère de sucre vanillé
Un peu de cannelle et de sucre glacé
1 sachet de levure chimique
1 beau citron non traité

DÉROULEMENT

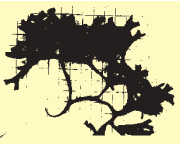
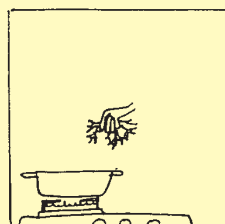
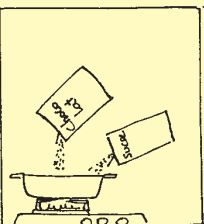
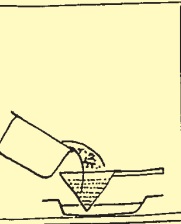
- 1) Séparer les jaunes des blancs
 - 2) Mélanger les jaunes et le sucre, avec un fouet
 - 3) Ajouter le reste du citron râpé, et la pulpe coupé en dés.
 - 4) Verser ensuite le sucre vanillé, la cannelle et l'huile.
 - 5) Répandre les amandes en poudre.
 - 6) Ajouter les carottes (après les avoir brossées et râpées)
 - 7) Mélanger tous ces ingrédients avec une cuillère en bois.
 - 8) Battre les blancs en neige.
 - 9) Mélanger farine et levure.
 - 10) Ajouter et mêler délicatement tour à tour une cuillère de farine, et une cuillère de blanc en neige.
 - 11) Beurrer puis fariner un moule à manquer de 28 cm de diamètre.
 - 12) Cuire 1 heure dans le four préchauffé 10 minutes (thermostat 5).
 - 12) Une fois refroidi, démouler le gâteau, avant de le saupoudrer de sucre glace.
- Bon appétit



Poulout en cavale > N°6 - Juin 1997
École Louise. Michel - Brest (29)

Vous n'aimez pas les fruits et les légumes ? on vous en fera manger dans les gâteaux !


Recette du flan aux algues

Prenez une poignée de "pioca" dans le lait bouillant. faire fremer 1/2 heure

Rajouter 2 cuillères à soupe de chocolat en poudre et de sucre.

Filtrer le lait "chocolate" - mettre au frigo pendant 2 heures


Chondrus ou "pioca"

tout au bas de l'estran tu pourras trouver du Chondrus ou "pioca"

Rimé le bien

Fais chauffer à l. de lait

«La Maité de St Jean», alias Claudine

Jean C+ > N°0 - Déc 2002
Lycée St Jean
Salon de Provence (13)

Les Moussaillons > N°2 - École de Nevez (29)

Pour la St Valentin

Le cake à la banane et à la noix de coco

Préparation : 30 minutes

Cuisson : 1 heure

Niveau : facile

Préchauffez le four à 200° (thermostat 6). Placer 200g de beurre dans une terrine et laissez-le ramollir sans qu'il devienne liquide. Beurrez un moule à cake de 30 cm de long et saupoudrez-le d'une cuillère à soupe de graines de sésame. Réduisez 4 bananes mûres en purée.


Mélangez 150 g de sucre roux de préférence, deux œufs, une pincée de cannelle, 300 g de farine additionnée de 3 cuillères à café de levure Alsacienne, 100 g de noix de coco râpée, la purée de bananes et le beurre ramolli. Pétrissez le tout pendant une bonne minute. Versez la pâte dans le moule. Enfourez le cake à mi-hauteur et faites cuire 1 h (175°C pour un four à chaleur tournante). À savourer à deux... Suggestion: vous pouvez aussi pour l'occasion, présenter votre cake dans un moule en forme de cœur.

«La Maité de St Jean», alias Claudine

Jean C+ > N°0 - Déc 2002
Lycée St Jean
Salon de Provence (13)

nous avons fait de la salade de fruits avec :

- des bananes
- des clémentines
- des pommes
- des poires
- des kiwis
- du raisin
- un pamplemousse



Le Petit reflet > N°1 - Decembre 1993 - Ecole de Guichen (35)

La Crème de mangue

Ingrédients : 6 mangues, 2 citrons verts, 150 g de sucre, 20 cl de crème fraîche

Recette pour 4 personnes.

Préparation : 20 minutes, réfrigération : 3 heures

Tout d'abord pelez les mangues et retirez la pulpe.

Passez-la au robot avec le sucre et la crème fraîche.

Versez la crème de mangue dans des coupes individuelles que vous mettez au réfrigérateur pendant 3h.

Quand arrive le moment de servir, arrosez les coupes de citron vert. Bon appétit !!

(source Okapi) Marion F.

Le petit Sorcier > N°15 - Mars 2004
Coll. H. Vincenot - Chalindrey (56)

Abricot-framboise

1) Mettre dans une casserole des framboises et du jus d'orange. Laisser tremper 5 minutes.

2) Couper les abricots en deux et retirer les noyaux. Mettre 6 moitiés dans une assiette et 6 moitiés dans une autre.

3) Retirer les framboises du jus d'orange et remplir les moitiés d'abricots avec.

4) Mettre les 6 moitiés d'abricots qui restent dans le jus d'orange et faire chauffer à feu doux; Quand le mélange commence à bouillir, éteindre.

5) Laisser refroidir. Mixer le tout ou l'écraser avec une fourchette pour obtenir un coulis. Verser sur les abricots.

P.S.: Vous pouvez rajouter une boule de glace à la vanille...

Ludmilla Chavagnac, 4-8

Échos de la Rotonde > N°19 - Déc. 2004
Lycée Camille Sée - Paris 15° (75)

«Les bonnes mauvaises herbes»

LA CONFITURE DE TREFLE

500 g de trèfle,

1 kg de beurre, eau

• Lavez rapidement les fleurs et enlevez toute partie verte.

• Mettez-le sucre dans une casserole.

• Couvrez-le d'eau.

• Faites chauffer doucement.

• Le sucre se transforme en sirop.

• Quand il bout, jetez-y les fleurs de trèfle.

• Laissez cuire jusqu'à ce que les pétales soient transparents.

• Versez ensuite en petits pots.

Sur une idée de Thérèse D.




Le journal > N°2 - Juin 1996
Quartier du Bois du Château
Lorient (56)

Le clafoutis aux pommes

«On a coupé les pommes avec un couteau.»

«Il faut du sucre, des pommes coupées en morceaux, 4 œufs, du sucre vanillé, de la farine et du lait.»

«On a mis les pommes dans le plat.»



Le Petit Reflet > N°1 - Décembre 1993 - Ecole mat. Publique de Guichen (35)



Échos de la Rotonde
• n°19



Jean C+ • n°0



Les Moussaillons • n°6



Le Petit Sorcier • n°15



Le Petit Reflet • n°1

Si le dieu chocolat n'existait pas, il faudrait l'inventer...

COUP DE CŒUR

Vive le **chocolat** !!! Si comme moi, vous adorez le chocolat, vous allez être très intéressé par ce qui suit. Il existe peu d'aliments aussi riches, sensuels et terriblement tentants que le chocolat. 94% des français en consomment au moins une fois par semaine... Le chocolat a été rapporté d'Amérique Latine en Europe au XVIème siècle. Aujourd'hui, il y en a une forme quelconque dans presque tous les placards de France !

Rapidement, une table se fabrique en six étapes :

1. **Nettoyage** (les poussières et les résidus sont éliminés de la fève de cacao)
2. **Concassage** (la fève est séparée de son amande pour donner la pâte de cacao)
3. **Torréfaction** (les arômes et la couleur du cacao apparaissent en grillant la pâte à 135°)
4. **Mouture** (la pâte de cacao est broyée. Elle donne le beurre de cacao)
5. **Conchage** (le moelleux du chocolat est obtenu après mélange de la pâte)
6. **Moulage** (le chocolat est moulé en tablettes, barres, rochers...)

On vous dit que ça fait grossir ! Ça donne des caries ? Peut-être, mais le chocolat a beaucoup plus de vertus qu'on ne l'imagine...

Premièrement, le chocolat est **ÉNERGÉTIQUE** : les qualités nutritives et énergétiques du chocolat sont fort appréciées notamment par les sportifs pendant l'effort. Ses constituants font du chocolat un excellent reconstituant. Deuxièmement, le chocolat est **APHRODISIAQUE** : depuis le temps des Aztèques et des Mayas, le chocolat a toujours été considéré comme un excitant. L'empereur aztèque Moctezuma lui-même en buvait « pour avoir accès aux femmes ». Un théologien écrit en 1624 : « Ce breuvage bu dans les couvents y enflamme la passion. »

Troisièmement, le chocolat est **ANTIDÉPRESSEUR** : on sait aujourd'hui que le chocolat contient de la phényléthylamine (et moi qui n'aime pas les noms scientifiques...) qui aurait une action positive en cas de dépression nerveuse. Ce qui nous donne relativement envie de déprimer un peu chaque jour...!

Maintenant que vous aussi êtes sous le charme de cette « simple » douceur, voilà comment font les « pros » pour juger et reconnaître le bon chocolat :

- **On le sent** : son parfum chatouille le nez et excite les papilles
- **On le casse** : sa brisure est toute nette, son parfum s'intensifie
- **On le croque** : il craque et se brise d'un coup sec
- **On le re-croque** : sa texture est fine, moelleuse sans être grasse, légère et il fond doucement.
- **On apprécie son « bouquet » (l'odeur) et sa longueur en bouche.**

Alors, après avoir dévalisé le magasin de tablettes, etc. veillez à protéger votre chocolat de l'humidité, de la chaleur et des changements de température et de lumière.

N'en abusez quand même pas trop car, qui sait, la folie du chocolat vous guette peut-être (eh oui, ça peut devenir une véritable maladie, une véritable drogue... douce!).

B.B

Mag'Verne > N°0 - Juin 1997 - Coll. Jules Verne
Rueil Malmaison (92)

Quelle histoire !

D'où vient le cacao ?

Le cacao est originaire des forêts tropicales de l'Amérique équatoriale plus précisément du Mexique dans la presqu'île du Yucatan et des bassins de l'Amazonie. Son histoire commença avec le peuple Maya et vit défiler toutes les grandes civilisations qui lui portèrent une origine royale ou divine et dans lesquelles le cacao servit non seulement d'aliment mais aussi de monnaie d'échange.

Qui sont les plus gros mangeurs de chocolat en Europe ?

- Suisses : 12 kg
- Belges : 8,5 kg
- Irlandais : 8,18 kg
- Allemands : 8,16 kg
- Danois : 8,12 kg
- Français : 6,3 kg
- Italiens : 2,6 kg
- Grecs : 2,29 kg
- Espagnols : 1,49 kg
- Portugais : 1,26 kg

Gribouill'hard > N°25
Mars 2004 - L.P. Les Huisselets
Montbéliard (25)

« UN ARBUSTE INTROUVABLE »

Papa et maman nous ont dit qu'avant, dans tous les jardins il y avait un arbuste qui permettait de faire du chocolat



*Le sais-tu ?
Le cacaoyer est originaire de l'Amérique du Sud et aime l'ombre pour pousser.*

Domage !
Maintenant il n'y a pas beaucoup de cacaoyers !

C'est le cacaoyer

Z'andolis à l'écrit > N°6
Déc. 2002 - École Mat. Vert Pré
Martinique (97)

De la maternelle au lycée, en toutes occasions, tout le mode vote pour lui !

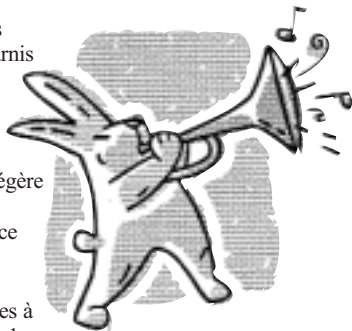
Ceufs de Pâques à la mousse au chocolat

Ingrédients :

- 3 œufs de Pâques en chocolat non garnis d'environ 10 cm de haut
- 250 g de chocolat blanc
- 250 g de crème légère
- 3 blancs d'œufs
- 80 g de sucre glace
- sel

Préparation :

- Prélever 2 cuillères à soupe de crème sur la quantité indiquée et la mettre au bain-marie
- Ajouter le chocolat cassé en petits morceaux
- Dès qu'il est mou, retirer la casserole du bain-marie et laisser tiédir (le chocolat ne doit pas durcir)
- Pendant ce temps, fouetter la crème chantilly en lui ajoutant le sucre glace à mi-parcours
- Monter les blancs d'œufs en neige
- Les ajouter délicatement à la chantilly en mélangeant crème et blancs d'œufs, travailler avec la spatule en soulevant plutôt qu'en tournant
- Garnir chaque demi œuf de mousse au chocolat blanc et mettre au frais
- Au moment de servir, saupoudrer de cacao non sucré



Que Pasa à la Ste Fa ? > N°8 - Mars 2003
Lycée Prof. Ste Famille - Besançon (25)

LA TARTE AU CHOCOLAT

Ingrédients :

1 pâte brisée, 200 g de chocolat à cuire, 20 cl de crème fraîche, 3 œufs, 100 g de sucre, des noix de pécan, des amandes émincées.

Préparation :

Étaler la pâte dans un plat à tarte ; la piquer. Disposer de l'aluminium dessus et faire pré-cuire 10 min à th 6 (180° C). Faire fondre le chocolat au bain-marie. Ajouter la crème, le sucre, les œufs. Bien mélanger. Incorporer les noix et amandes. Verser sur le fond de tarte. Faire cuire 30 min. Servir froid.

Élodie et Charlotte

Le Journal Echo > N°1 - Mars 2004
Collège François Villon - Fauville en Caux (76)

LA SEMAINE DU GOUT

Lundi 13 octobre 2003, Monsieur Baehl est venu nous présenter différents chocolats. Cela s'est passé en salle polyvalente ; il y avait des assiettes pleines de bons chocolats : on en avait l'eau à la bouche ! Avant de nous faire goûter les chocolats, Monsieur Baehl nous a expliqué d'où ils venaient, comment on les fabriquait ; c'était très intéressant ! Ensuite, il prenait une assiette de chocolats, nous expliquait quel goût il avait : acide, sucré ou amer. (...)

La Gazette des écoliers > N°24 - Mars 2004
École du Centre - Château des Rohan - Saverne (67)

Charlotte au chocolat

Charlotte va voir sa maman et demande :

- est-ce je pourrais avoir du chocolat ?
- On dit comment ? S'il... s'il ?
- S'il en reste encore ?

Cool Age > N°8 - Juin 2000 - Coll. de Macheville - Lamastre (07)

CHOCO'ART

« Et si on faisait de la peinture au chocolat ! »
s'exclame Dylan.

Un peu de cacao en poudre.

Un peu de farine blanche.

Quelques gouttes d'eau.

Mélangeons.

« Ajoutons de la colle blanche »
dit la maîtresse cela tiendra mieux sur la feuille.

Les grands C.

Z'andolis à l'écrit > N°6 - Décembre 2002 - École Maternelle Vert Pré - Martinique (97)

Poème

Le chocolat
Délicieux est le chocolat
Il peut nous rendre gras
Donner des crises de foie
Ou bien mal à l'estomac

Il est très apprécié
Surtout par les chefs cuisiniers
Ils se régalaient à le manger
Mais après il en ont sur le bout du nez

Il peut être noir ou au lait
Dans un pain normal ou brioché
En tout cas il est toujours bon
A n'importe quelle saison

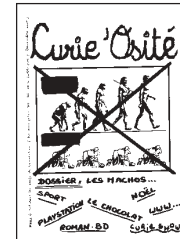
Le chocolat est tendre ou cassant
Des deux manières il est craquant
Tout le monde l'aime et tant mieux pour lui
Car il nous rend la vie bien plus jolie

Mélanie Malberti (mai 2001)

3^e Millénaire > N°16 - Juin 2004
Collège Gérard Philippe - Cannes la Bocca (06)



3^e Millénaire • n°16



Curie Osité • n°1



Cool Age • n°8



Z'andolis à l'écrit • n°6



La Gazette des écoliers • n°24

La glace au malabar. Il fallait oser! Et ce n'est qu'un début, car les bonbons, c'est le prélude à la gourmandise!

Glace au malabar

Faites une crème anglaise mais au lieu de la parfumer à la vanille, faites-le au malabar (15 malabars suffiront) : plus vous les laissez longtemps et plus elle aura le goût (en moyenne il faut les laisser 15 min). Ensuite filtrez, puis laissez reposer quelques heures. Enfin mettez dans le frigo et tournez toutes les heures.

Pendant la canicule, rafraîchissez-vous!

Billie Thomassin 6^e 3

Tarte au Carambar

Déroule un rond de pâte sablée dans un moule à tarte et pique le avec une fourchette. Fais-le cuire 25mm dans un four chauffé à 180°C.

Fais fondre 20 carambars avec un verre et demi de crème fraîche.

Verse sur la pâte encore chaude et laisse refroidir.

Et c'est la fête aux dentistes!

Juliette Collon - 6^{ème}

Le Collégien > N°4 - Juin 2004
Collège Montgolfier - Paris (75)



Chewing gum > N°2 - Année 2003/2204
Collège La Grange du Bois - Savigny-Le-Temple (77)

les bonbons aux noix



Les ingrédients :

du cacao

une dizaine
de noix

Les ustensiles :

une cuillère

un casse noix

un saladier

une casserole

une assiette

La recette:

- 1 - On casse les noix
- 2 - On met de l'eau dans la casserole, on chauffe
- 3 - On chauffe les barres de chocolat dans une casserole et on les met dans le saladier
- 4 - On met les noix dans le saladier
- 5 - On met tout dans une assiette
- 6 - On roule les noix dans le cacao
- 7 - On peut les mettre dans du papier

Tristan O. Kevin B. Kevin F. Tristan B

SGTBS > N°4 - Avril 1999 - École de Sains (35)

Humm des Bonbons!!

Fabrique des bonbons gélifiés à la fraise, à la menthe, à l'orange... à tous les parfums et de toutes les couleurs.

Il te faut:

- une cuillère à soupe
- une paire de ciseaux
- du papier absorbant
- des petits objets de formes différentes
- des bols
- deux barquettes en aluminium
- de la farine
- des sirops à la menthe, à la fraise, à l'orange...
- des feuilles de gelée alimentaire



I) Remplis de farine une barquette à mi-hauteur. Tasse-la bien en pressant avec l'autre barquettes.

II) Imprime les formes des bonbons en enfonçant les objets dans la farine

III) Avec les ciseaux, découpe en huit, trois feuilles de gelatine. Fais-les tremper dans un bol d'eau froide pendant dix minutes.

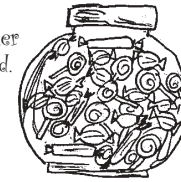
IV) Fais chauffer trois cuillères de sirop

V) Égoutte les feuilles de gelatine sur du papier absorbant puis mélange-les dans le sirop chaud.

Verse dans les moules.

VI) Laisse refroidir au réfrigérateur.

Les gourmands attendent!!



Champagne > N°39 - Année 2003/2204
Collège Louis Pergaud - Faverney (Haute-Saône)

LES BOMBONS DE NOËL

- 25 carambars
- 25 chamallows
- 150 de beurre
- 200 g de krispies

Faire fondre les carambars, chamallows, le beurre, puis ajouter les krispies. Attention, le mélange durcit très rapidement.

Étaler le tout avant qu'il soit dur dans un plat en pyrex rectangulaire. Mettre au frais environ 10 heures puis découper le bloc en petits carrés.

ActuFerry > N°2 - Nov. Dec. 2000
Collège Jules Ferry - Fecamp (76)



ActuFerry • n°2



Champagne • n°39



Le Collégien • n°4



Chewing gum • n°2



SGTBS • n°6

Devine qui vient dîner ce soir ? Le monde entier. En ouverture, des scoops gastronomiques du bout du monde

Le petit déjeuner : « el desayuno »

Rares sont les Espagnols qui prennent un petit déjeuner avant d'aller au travail. Normalement, on prend un café au lait rapidement et on déjeune copieusement aux environs de 10 h dans un bar ou une cafétéria proche de son lieu de travail, la loi espagnole prévoyant à cet effet un arrêt quotidien de 20 minutes le matin pour tous les salariés. Le petit déjeuner est donc généralement composé de sandwiches chauds avec du jambon blanc, du fromage type Hollande, de pain grillé arrosé d'huile d'olive, de tortilla, de chorizo, de poivrons frits, le tout accompagné de café noir (**café solo**) ou de café au lait (**café con leche**). Plus traditionnellement, on mange des « **churros con chocolate** » : espèce de beignets chauds au sucre qu'on trempe dans du chocolat épais. Mais les « **churrerías** » sont de moins en moins nombreuses et ce petit déjeuner est maintenant davantage réservé aux petits matins d'après fête.

Quoi de neuf Gaston ? > N°3 - Avril 2004
Collège Gaston Defferre
Preuilly sur Clause (37)

Les repas aux États-Unis

Au petit déjeuner, on mange des œufs avec des céréales, on boit du lait ou du jus d'orange. Le dimanche, on ajoute des crêpes et du sirop d'érable.

Le matin, les enfants prennent le bus scolaire qui passe devant chez eux et qui les conduit à l'école.

Chacun apporte son repas de midi dans une boîte à lunch.

Dedans, il y a des sandwiches, des crudités (carottes, tomates...) et un thermos.

Voilà la recette d'un club-sandwich :

- prends des tranches de pain de mie grillées
- tartine les deux tranches de mayonnaise et couvre les deux morceaux de poulet cuit et froid
- ajoute de la laitue, du bacon et des tranches de tomates
- recouvre le tout d'une autre tranche de pain de mie.

C'est un vrai repas !

Les CETIA

Press'Citron > N°16 - Dec. 1992
École Léon Grimault - Rennes (35)



LA CUISINE DES AUTRES



Grèce : la salade à la feta

Il te faut : 150 g de feta (fromage de brebis grec), 4 tomates, une vingtaine de petites olives noires, un poivron vert

Lave les légumes. Coupe les tomates en tranches fines, le fromage en cubes, le poivron en lamelles après avoir enlevé ses graines. Dans chaque assiette, dispose ces ingrédients, décore avec des olives, assaisonne de deux pincées de sel et d'une de poivre et verse une cuillère à soupe d'huile d'olive.

Espagne : Le Gaspacho (soupe froide)

Il te faut : 6 tomates, 3 poivrons (un vert, un rouge, un jaune), 1/2 concombre, 1/4 d'oignon, une gousse d'ail, une cuillère à soupe de concentré de tomates, 200 g de pain de mie et 4 feuilles de basilic.

Lave les légumes et mets de côté les éléments pour l'accompagnement : 2 tomates, 1/4 de concombre, la moitié de chaque légume, 6 tranches de pain. Pèle, épépîne et coupe en morceaux les autres légumes. Inutile de peler les poivrons. Humidifie la mie du pain restant. Mixe ensemble les légumes coupés, la mie, le concentré de tomates, 3 cuillères à soupe d'huile d'olive, 1/2 cuillère à café de vinaigre, 1/4 de litre d'eau, 4 pincées de sel, 1 pincée de poivre. Mets au frigo, et présente cette soupe très froide accompagnée de la garniture, c'est à dire des légumes restants et de pain grillé coupé en petits cubes.

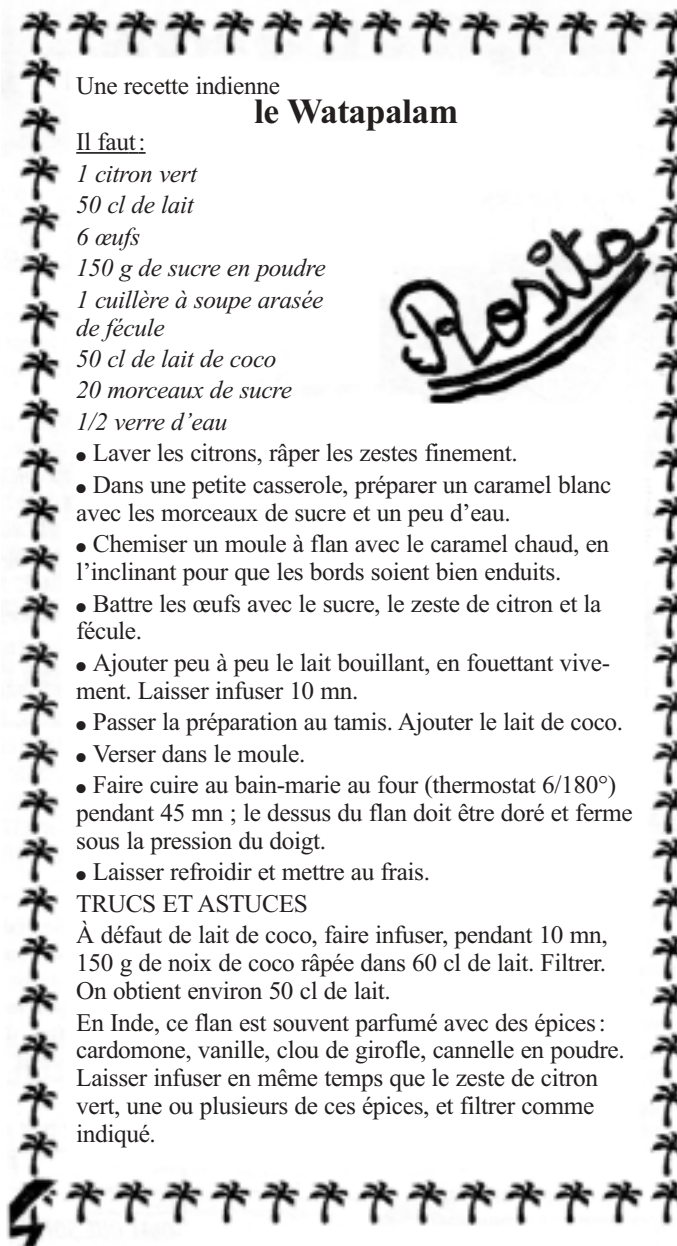
L'Aquarium > N°6 - Avril 2004
Collège Antoine Bigot - Nîmes (31)

Le poisson cru au lait de coco

Le poisson cru est un plat essentiel dans l'alimentation des Polynésiens. Le « poisson cru au lait de coco » est l'une des recettes faisant partie des plats que l'on qualifie de « poisson cru ». les autres recettes sont principalement le « poisson cru à la chinoise » (au vinaigre) et la sashimi» (recette japonaise).

Le poisson cru au lait de coco est composé de légumes (carotte, tomate, concombre, oignon), du thon cru, avec du lait de coco. Il peut être consommé comme plat de résistance ou comme une salade accompagnant de la viande (steak ou poulet grillé).

Chapert > N°2 - Année 2003/2004 - Mai 2004
Collège Chateaubriand - Villeneuve sur Yonne (89)



Une recette indienne

le Watapalam

Il faut :

1 citron vert

50 cl de lait

6 œufs

150 g de sucre en poudre

1 cuillère à soupe arasée

de fécule

50 cl de lait de coco

20 morceaux de sucre

1/2 verre d'eau

- Laver les citrons, râper les zestes finement.
- Dans une petite casserole, préparer un caramel blanc avec les morceaux de sucre et un peu d'eau.
- Chemiser un moule à flan avec le caramel chaud, en l'inclinant pour que les bords soient bien enduits.
- Battre les œufs avec le sucre, le zeste de citron et la fécule.
- Ajouter peu à peu le lait bouillant, en fouettant vivement. Laisser infuser 10 mn.
- Passer la préparation au tamis. Ajouter le lait de coco.
- Verser dans le moule.
- Faire cuire au bain-marie au four (thermostat 6/180°) pendant 45 mn ; le dessus du flan doit être doré et ferme sous la pression du doigt.
- Laisser refroidir et mettre au frais.

TRUCS ET ASTUCES

À défaut de lait de coco, faire infuser, pendant 10 mn, 150 g de noix de coco râpée dans 60 cl de lait. Filtrer. On obtient environ 50 cl de lait.

En Inde, ce flan est souvent parfumé avec des épices : cardamome, vanille, clou de girofle, cannelle en poudre. Laisser infuser en même temps que le zeste de citron vert, une ou plusieurs de ces épices, et filtrer comme indiqué.

Posita

Le Rat porteur > N°5 - Février 1998 - École de Janzé (35)



Chapert • n°2



Aquarium • n°6



Le Rat porteur • n°5



Quoi de neuf Gaston ?
• n°3



Press'citron • n°16

Pour continuer, découverte de l'exotisme; parfois plus proche de nous qu'on ne le pense...

ESCALOPE DE CHIENS À LA PETITE CUILLÈRE

En Chine, on mange toutes sortes d'animaux. De la cervelle de singe (très apprécié des chinois), à la chair de tortue ou à la viande de hérisson. mais le meilleur, restent les escalopes de chiens! Un vrai délice!

Dans la catégorie des plats traditionnels, on a les ailerons de requins, les étranges nids d'hirondelles; Ils ont l'aspect de petites coupelles en demi-cercle et abritent en principe des oisillons qui viennent de naître. Ces Délices sont très fragiles car ils sont fabriqués avec de la bave séchée...



L'Info-Taine > N°2 - Juin 2000 - Collège La Fontaine - Antony (92)

Gastronomie Ukrainienne: Bortch



Pour 4 personnes:
1,5 l de bouillon de viande;
200 g de betteraves;
100 g de carottes;
250 g de pommes de terre;
200 g de choux;
300 g de tomates;
100 g d'haricots secs;
100 g d'oignons;
Pour assaisonner; du sel, du poivre, de l'ail, de l'huile de tournesol

1. Dans le bouillon bouillant mettez les haricots blancs trempés dès la veille dans de l'eau, les pommes de terre coupées
2. Râpez la carotte, la betterave, émincez les oignons
3. Faites mijoter les légumes râpés avec de l'huile de tournesol pendant 10 minutes. Ajoutez les tomates, du sel, du poivre.
4. Mettez les légumes et les choux émincés dans le bouillon
5. Faites cuire le bortch pendant 20 minutes
6. À la fin assaisonnez avec de l'ail râpé et de la crème fraîche, de l'aneth ciselé et du persil.
7. On sert le bortch avec des pampouchkis (les petits pains à l'ail).

Fax! > N°212 - Mai 2004
École la Cogne - Vinnitsa - Ukraine

Plat principal australien Barramundi aux noix macadamia

Ingrédients pour 6 personnes
- barramundi ou tout autre poisson blanc. Calculer le nombre de poissons selon leur grosseur. Le barramundi fait partie de la famille de la perche. Il est préférable d'utiliser un poisson complet plutôt que des filets; la peau sert de protection contre l'assèchement.

- Préparation:
- 1) Écailler, nettoyer et enlever les entrailles; détacher les arêtes qui sont grosses et faciles à enlever.
 - 2) Dans un bol, mélanger le pain, le jus de citron vert, les noix, la muscade, le sel et le poivre pour obtenir une pâte ferme.
 - 3) Farcir le poisson; le refermer en utilisant des cure-dents;
 - 4) Frire le poisson, dans une poêle, 3 minutes de chaque côté dans une noix de beurre ou jusqu'à ce que la chair se détache facilement.
 - 5) Arroser de beurre fondu avec les zestes de citron vert.

Julia Bal. et Manon R.

Les Voix Intérieures > Février 2003
Collège Victor Hugo - Besançon (25)

Makalo

Spécialité de Kastoria
Ingrédients:
1 poulet
3 cuillères à soupe de beurre
3 cuillères à soupe de farine
3 cuillères à soupe de vinaigre
3 œufs
3 gousses d'ail
3 tasses à thé de bouillon de poulet
du sel

Coupez le poulet en portions, faites-le bouillir, enlevez-le du bouillon et faites-le égoutter. Faites fondre le beurre dans une poêle. Enfariner les morceaux de poulet, faites-les frire et mettez-les dans un plat. Jetez la farine dans la poêle et mélangez-la. Ajouter le bouillon et mélanger jusqu'à ce que le mélange se réduise en bouillon. Ajouter l'ail et le vinaigre. Battez les œufs, sortez du feu et ajoutez-les au mélange. Vous pouvez servir à chaque plat une portion de poulet de la sauce blanche. Bon appétit!

Fax! > N°147 - Mars 1998
La francophonie gourmande
Collège n°2 - Kastoria - Grèce



Des bédouins mangeant le mansaf.

Le Mansaf, un repas exceptionnel

En Jordanie, il y a deux façons de manger le mansaf: soit dans une assiette avec une cuillère, soit dans un grand plateau avec la main droite.

Hérité des bédouins, le mansaf est le repas traditionnel de Jordanie. Tous les Jordaniens mangent le mansaf dans de grandes occasions, tristes ou joyeuses: des décès ou des mariages, des départs en voyage ou des retours. Dans les restaurants ou à la maison, c'est un repas de fête. Le mansaf se présente dans un grand plateau arrondi. Sur le plateau, on met du pain très fin, presque transparent et très salé qui ressemble un peu à de grandes galettes bretonnes. Puis on place le riz, parfois devenu jaune à cause du safran, recouvert de pignons de pin ou d'amandes grillées et surmonté de gros morceaux de viande de mouton (ou de poulet) mijotés dans une étonnante sauce

blanche (genre de yaourt chaud) à base de lait de chèvre et de graisse dont on inonde le plat. Le mansaf se mange traditionnellement avec la main droite, en confectionnant des boulettes de riz qu'on pousse avec le pouce pour ne pas mettre la main dans la bouche car on la remettra dans le plateau. Un délice à ne pas rater!

Joran, Romain et Fadi 10 ans
Henri, Jihad 12 ans

Viens manger du mansaf!



Fax Junior > N°3 - 17-18 Mars 1999
École française d'Amman - Jordanie



Chapert • n°2



Chapert • n°2



Fax! Junior • n°3



Fax! • n°147



Fax! • n°212

Et pour finir, la mondialisation des desserts !

Maroc : La salade d'oranges

Il te faut : 8 oranges, une cuillère à soupe d'eau de fleur d'orange, une cuillère à café de cannelle en poudre, 2 cuillères à soupe de miel liquide. Pèle les oranges puis coupe-les en rondelles fines en recueillant le jus. Installe les rondelles dans quatre assiettes plates. Mélange le jus d'orange, le miel et l'eau de fleur d'orange et verse ce liquide sur les rondelles d'orange. Saupoudre de cannelle. Mets les assiettes au frigo au moins une heure avant de servir ce dessert.

L'Aquarium > N°6 - Avril 2004
Collège Antoine Bigot - Nîmes (31)

Un Noël espagnol

(...) Pendant les fêtes, les familles composent une assiette remplie de gourmandises « turron, manzapanes, polvorones » qu'ils offrent à chaque personne venant leur rendre visite. Le jour de l'an, après le repas, toute la famille se réunit pour attendre les 12 coups de minuit. Car, les Espagnols ont la coutume d'avaler un raisin à chaque sonnerie. Si vous tenez le coup, vos vœux se réaliseront au cours de l'année.

L'Aquarium > N°7 - Janvier 2003
Lycée Imm. Conception - Villeurbanne (69) Patricia

Ma pomme cannelle

Ma pomme cannelle
Je l'adore avec des pépites de cannelle.
Elle est très sucrée
Pour moi c'est comme un bonbon.
Tous les matins
J'en mange une.
La pomme cannelle
Est mon fruit préféré.
Mes cousins détestent
Les pommes cannelles.
Je ne sais pas pourquoi
Mon jardin est beau
Grâce à mes plantes
Qui produisent des pommes cannelles.
Ma couleur préférée est le vert.
La couleur de la pomme cannelle
C'est mon dessert de tous les jours.

JMP 5/7 > N°2 - Avril 2003 -
Éc. M. Placide Fort de France - Martinique (97) Vanessa (CM2)

TRADITIONS CULINAIRES :

Pudding de fruit à pain

Il faut :

- 1 gros fruit à pain jaune (bien mûr)
- 24 cuil. à soupe de sucre
- 5 cuil. à soupe de beurre
- 1 zeste de citron
- 1 litre de lait
- 1 petit verre de rhum

Voici comment faire :

1. Râpez le fruit à pain.
2. Ajoutez le lait, le beurre, le sucre, les œufs, le zeste de citron et le rhum.
3. Beurrez un moule à gratin et faire cuire à feu doux pendant deux heures environ.

Théo



Le fruit à pain est resté trop longtemps dans la classe. Il est devenu mou. Il est « doux ». Nous l'avons goûté : il a un goût de banane mûre et de goyave. Marie-Laure et Sylvie ont fait des beignets pour nous. C'est délicieux !

Les moyens A et B

Z'andolis à l'écrit > N°8 - Décembre 2003
École Maternelle Vert Pré - Martinique (97)



La cabane à sucre

Mon oncle René et moi marchons sur le long sentier enneigé qui nous mène à la cabane à sucre.

Partout autour de nous, il y a d'énormes érables reliés entre eux par des tuyaux de différentes tailles (...) qui servent à transporter la sève jusque dans les deux grands réservoirs conçus cet effet (...) Nous arrivons à ma fameuse cabane. J'aperçois une énorme cheminée qui se dresse vers le ciel (...) Bientôt toute la bâtisse sera inondée de vapeurs et de fumées odorantes. (...)

La première tâche à effectuer est celle de faire fonctionner les pompes qui tireront l'eau d'érable pour l'amener jusque dans les réservoirs. (...)

Les préparatifs terminés, on fait bouillir la belle sève jaune à environ 300°. (...) Au menu pour ce midi : Féves au lard au sirop d'érable, le tout accompagné de saucisses dans le sirop d'érable et d'« oreilles Christ » (morceaux de lard frits... arrosées de sirop d'érable. (...)

Après avoir tant mangé, nous prenons le temps de nous reposer. On joue aux cartes, on chante, on va marcher dans l'érablière, on boit une bière. Cette journée est vraiment splendide. Mais, avant que le sirop ne soit devenu tire (c'est le nom que l'on donne au sirop lorsqu'il est épaissi), chacun va chercher une palette de bois (petite spatule) et va la tremper dans le chaudron. On nomme cette pratique : lécher la palette.

Maintenant que le sirop est devenu tire, René sort la casserole à l'extérieur et commence à verser la tire sur une surface de belle neige blanche. La tire a à peine eu le temps de refroidir que nous l'enroulons sur la palette et que nous la dégustons. Personnellement, c'est ce que je préfère : manger de la tire sur la neige... Hum... Quel délice ! Après un dessert comme celui-là, laissez-moi vous dire que tout le monde a le bec sucré. (...)

Fax! > N°147 - Mars 1998 « La francophonie gourmande »
École polyvalente La Pocatière - Québec - Canada

Pets de sœur

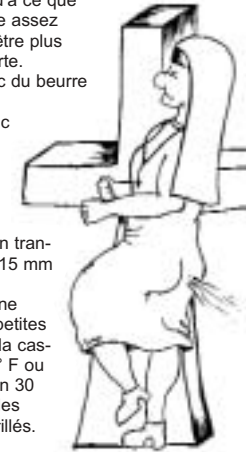
Croûte

3 tasses de farine, 2 c. à table de poudre à pâte, 1 c. à thé de sel, 1 c. à thé de sucre, 1/2 tasse de lard ou de saïdoux, 1 tasse de lait

Mélange

2 c. à table de beurre ramolli, 1 tasse de cassonade, 1 c. à thé de cannelle, 1 tasse d'eau

1. Mettez les ingrédients secs ensemble dans un grand bol.
2. Ajoutez le lard pour former un mélange épais
3. Ajoutez graduellement le lait jusqu'à ce que vous obteniez un mélange ramolli.
4. Roulez la pâte jusqu'à ce que vous obteniez une pâte assez mince, mais cela doit être plus épais qu'une pâte à tarte.
5. Beurrez la pâte avec du beurre mou.
6. Couvrez la pâte avec 1/4 de pouce ou 6 mm de cassonade et saupoudrez de cannelle.
7. Roulez la pâte en colimaçon et coupez en tranches de 1/2 pouce ou 15 mm d'épaisseur.
8. Versez l'eau dans une casserole. Mettez les petites tranches rondes dans la casserole et cuisez à 375° F ou 190° C pendant environ 30 mn ou jusqu'à ce que les pets de sœur soient grillés.



Fudge

3 c. à table de beurre
2 c. à table de sirop de maïs
3 tasses de sucre
2 carrés de chocolat non sucré
3/4 de tasse de lait
1 c. à thé de vanille
1 t. de noix hachées finement

Préparation :

Mettre le beurre, le sirop de maïs, le sucre, le chocolat et le lait dans une casserole pouvant contenir 3 litres. Cuire sur feu moyen en brassant jusqu'à ce que le mélange forme une boule molle dans l'eau froide. Retirer du feu. Ajouter la vanille et laisser tiédir. Batre jusqu'à ce que le fudge épaississe et perde son lustre. Ajouter les noix. Verser rapidement dans un moule de 17,6 cm par 17,6 cm beurré (ne pas étendre le fudge, ni gratter le fond de la casserole). Laisser refroidir et couper en carrés.



JMP5/7 • n°2



Zandolis à l'écrit • n°8



Aquarium • n°6



L'Aquarium • n°11



Fax! • n°147

Envie de régressions et de transgressions ? Cette page est pour vous ! Grands dégoûtés, s'abstenir

LES CROTTES DE CHIEN

Ingrédients et Ustensiles

- 1 - des crottes
- 2 - du pipi en caramel
- 3 - du caramel chinois
- 4 - des coquilles d'œuf
- 5 - des feuilles collées
- 6 - une casserole pour bouillir
- 7 - 2 saladiers pour mettre les crottes
- 8 - un couteau pour couper les feuilles collées.

Comment faire ?

La sorcière coupe les crottes de chinois
 Il faut couper les crottes de chien
 On fait bouillir les crottes et les coquilles d'œuf
 On fait bouillir 20 minutes
 Après on met dans le saladier.
 On coupe le caramel chinois.

CE1 TRANS

SGTBS > N°4 - Avril 99
 Ecole de Sains (35)

Un petit creux ?

Alexis et ses terribles recettes !!...

Le plat de Big Mama
 Repérez Big Mama. Attrapez-la. Ouvrez son ventre. Prenez ses intestins.
 Découpez-les en rondelles. Découpez son cœur en quatre.

Mettez le tout dans une grosse marmite.
 Demandez au goûteur de mélanger.
 Mettez du sel, du poivre, du piment et du sucre. Prenez de la pâte à gauffre. Mettez le tout au four et... C'est prêt !!

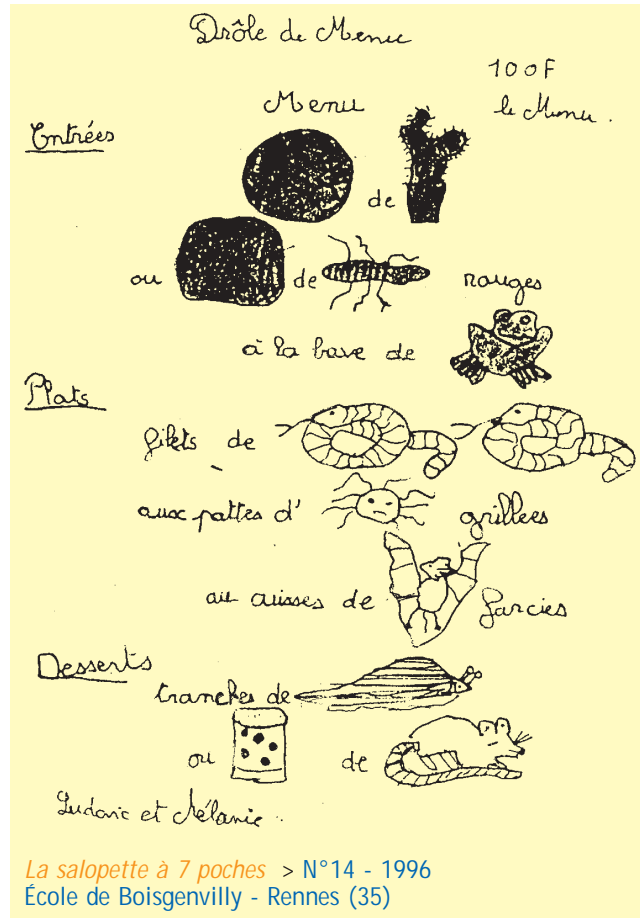
Et pour les cœurs tendres...

Sabrina a une recette !

Mettez des pétales rouges de rose dans la casserole. Mâchez un chewing-gum.
 Faites une bulle en forme de cœur.
 Ajoutez votre cheveu et le nom de votre amoureux ou amoureuse.
 Croyez-moi ça marche à tous les coups.

Les CE2A

Boli Express > Année 2 - Juin 2004
 Groupe scol. Bolivar - Paris 19^e (75)



La salopette à 7 poches > N°14 - 1996
 École de Boisgenvilly - Rennes (35)

La compote de mamie Dégueu

Prenez vingt pommes et pressez-les avec vos pieds jusqu'à ce que vous transpirez bien puis roulez les pommes sous vos aisselles dix fois pour que les pommes soient bien imprégnées de transpiration, ajoutez 1kg de sucre, puis récupérez le tout dans un récipient. **BON APPÉTIT!**

Le Bahut > N°2 - Déc. 2000 - Collège de l'III - Illfurth (68)



HALLOWEEN

Recette originale: « Le doigt ensanglanté »
 • Prendre: de la pâte sablée, des cacahuètes, du jaune d'œuf et de la confiture de fraise (rouge).
 • Faire un doigt en pâte. Avec une pointe dessiner les phalanges.
 • Poser une demi cacahuète à une extrémité pour faire l'ongle crochu. Poser un peu de confiture sur la base de l'ongle et à l'autre extrémité.
 • Badigeonner de jaune d'œuf.
 • Faire cuire sur une plaque au four.
 • Pour faire vraiment affreux, cacher l'extrémité opposée à l'ongle avec une serviette, beurk...
 Par Marine 5^{ème} A et Cynthia, 5^{ème} C.

Planète.net > N°2 - Nov. 2003 - Collège La Bolière - Orléans (45)

LE CROSS DU QUESTEL LA RECETTE DE TATA ODETTE : CE MOIS-CI, LA GADOUË DE CHEZ NOUS

Pour réussir une bonne gadouë :

Ingrédients :

De la bonne terre de chez nous, beaucoup d'eau.

Préparation :

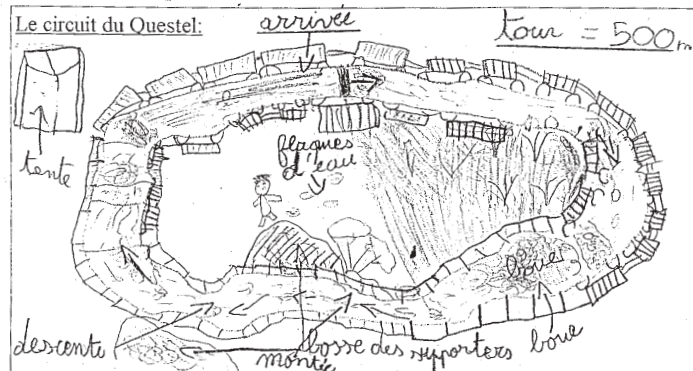
Prenez de la terre et de l'eau fraîchement tombée : averse, giboulée, ondée...)

Mélangez le tout délicatement pour ne pas faire de grumeaux ou avoir une pâte trop liquide.

La gadouë est prête. Elle doit coller aux chaussures et être bien glissante.

Vous pouvez ajouter des feuilles ou des fines herbes selon vos goûts.

Voilà, c'est prêt ! Et c'est bien « gadouilleux » !



La salopette à 7 poches > N°14 - 1996
 Écoles de Boisgenvilly (35)



Planète.net • n°2



Boli Express •



SGTBS • n°4



La Salopette à 7 poches • n°14



Le Bahut • n°2

Des recettes de vie facile, oui... le problème, c'est d'en trouver les ingrédients. On peut rêver.

Recette du bonheur

- * Prenez un paysage de montagne tout blanc, ajoutez
- * un cerf en premier plan.
- * Parfumez ce paysage d'odeur de neige fraîche sans
- * oublier le petit bruit de flocons de neige tombant sur
- * le sol. Surtout ne touchez plus à votre paysage.
- * Maintenant skiez!!!

Le Crayon Bavard > N°4 - Dec. 1998
Collège Chateaubriand Plancoët (22)

Réussir une utopie

Il faut du défi et de l'inspiration
Ajouter des quantités égales de foi et d'énergie
Et mélanger le tout avec assez de patience
et d'obstination.
Arrosez de courage et de dévouement.
Vous avez besoin aussi d'une pincée de chance.
Enfin, garnissez d'imagination et faites cuire
à feu doux assez longtemps
Jusqu'à ce que vous sentiez le fumet du succès.

Fax > N°187 - Mai 2000
Lycée de St Exupéry - Plovdiv - Bulgarie



RECETTES

Comment draguer une fille

- * 300 G de perspicacité
- * 400 g de charme
- * 200 g d'humour
- * 100 g de romantisme

Comment draguer un garçon

- * 500 g de machisme
 - * 300 g de charme
 - * 200 g d'humour
 - * et un zeste de ridicule
- Et tout cela donne un kilo d'amour.

La Tchatch > N°0 - Avril 1996
Collège Les Chalais (35)

La Soupe au Yaka

Ingrédients :

- une poignée de camarades à problème
 - une bonne dose d'indifférence
 - un grand relativisme
 - une pincée d'imagination
 - du culot et un sens de l'absurde
- La soupe au Yaka se déguste à tout heure de la journée, entre amis ou même éventuellement en famille. Sa préparation est très simple, mais demande un minimum d'adresse :

- Prenez un camarade à problème (ou un proche mais éviter les très bons amis et n'en prenez qu'un à la fois...). Mélangez ses soucis à votre indifférence totale dans votre esprit relativiste. Laissez mijoter quelques instants jusqu'à ce que la demande d'un conseil se forme à la surface de la confiance plus ou moins intime. Le tout doit bien sûr être accompagné de quelques regards fuyants. C'est quand la demande du conseil est nettement formée que votre dextérité fera la différence : la dose d'indifférence et le degré d'absurdité dont vous êtes capable, ainsi que la quantité d'imagination incorporée au tout détermineront le goût, le succès et l'effet de votre soupe au yaka : au moment venu, imaginez le conseil le plus absurde possible, le plus insensé et le moins aidant, (ex: « yaka manger une pomme... », « yaka grimper à un arbre... ». Servez et dégustez. Yaka s'amuser.

PARHAZITE

La Soupe > N°2 - Décembre 2002
LEGTP et CFA Stanislas - Wissembourg (67)

La bonne recette du Goncourt des lycéens 2002 : quinzième édition

Ingrédients

- 23 comptables et secrétaires de 1ère Bac Bur décongelés
- 12 œuvres de littérature contemporaine toute fraîche
- 10 auteurs bien croustillants
- 3611 pages prédécoupées
- une équipe de professeurs soigneusement givrée
- ajoutez-y du courage et de la volonté

Préparation

- préparer l'organisation du projet et découper en tranches le calendrier
- faire mijoter les élèves en attendant la réception des livres
- quand les œuvres enfin leur sont livrées, laisser chacun flairer l'objet-livre à sa guise...

Cuisson

- fricasser les lecteurs, saisir à feu vif les neurones
- faire bouillir la classe afin de faire lire le plus de livres possible
- décortiquer journaux et périodiques
- puis tamiser patiemment les opinions afin d'obtenir un choix délicieux et judicieux

Dégustation

- dresser une table au grand vainqueur « Laurent Gaudé » pour son épopée

LA MORT DU ROI TSONGOR

Tragiquement épicée...
Mythologiquement savoureuse..
Bon appétit, bien sûr !

Des cordons bleus de 1ère Bac Bur, Isabelle, Aurore, Sokmeane, Elodie.

La page folle > N°4 - Fév. 2003 - Lyc. J. Guéhenno Vannes (56)

Recette pour avoir que des bonnes notes

Attention !

Pour effectuer cette opération, il faut être deux minimum, mais il n'y aura qu'un intelligent qui aura de bonnes notes

Ingrédients :

- des profs
- un bon piège
- des somnifères très forts
- des ouvres boîtes (pour ouvrir le cerveau)
- des bocaux
- des planches bien propres
- des fils électriques
- une pompe

Recette :

Tout d'abord il faut prendre au piège des profs, très intelligents. Vous les endormez et les mettez dans des cages dispersées pour ne pas vous faire soupçonner. Vous leur découpez la tête et prenez le cerveau que vous mettez dans un bocal bien propre.

Attendez qu'ils soient bien mûrs puis placez-les sur des planches bien lavées (pour ne pas attraper des parasites).

Endormez l'élève qui veut avoir des bonnes notes puis ouvrez lui le cerveau à lui aussi.

Prenez des fils électriques que vous reliez du cerveau intelligent au cerveau nigaud (si je puis dire). Le deuxième élève va pomper vers l'élève débile jusqu'à ce que tout soit aspiré. Retirez tout et refermez le cerveau du nigaud qui vient de devenir intelligent et qui va avoir de bonnes notes !

Inconvénient : vous n'aurez plus de prof pour noter votre intelligence (si je puis dire), il y aura des jaloux qui feront comme vous, s'ils trouvent cette recette et le nigaud aura un cerveau trop gros.

Nicolas Durand 5ème 2

Pêle-mêle > Année 2003/2004 - Collège Jules Ferry - Eaubonne (78)



La Page Folle • n°4



La Soupe • n°2



Pêle-mêle • n°X




Fax! • n°187



La Tchatch • n°X

Au jeu des mots et des images, la gourmandise repousse ses frontières: le désir et la séduction sont au bout du voyage...



Comité de Rédaction

On est là, pour écrire le journal des colléges, pour s'amuser, manger ensemble, se connaître entre jeunes des colléges... c'est de comité de rédaction. 12 jeunes (5 filles et 6 garçons). Des différents colléges sont unis pour vous offrir ce journal unique en son genre, intéressant, divertissant, fantastique, incroyable, majestueux, magnifique, inoubliable, époustouflant inestimable, folleuse, sublime, pharaonique.

Bref lisez ce journal qui vous ressemble

Le Journal des jeunes > N°20 - Fev. 2004 - Clubs journal des colléges - Centre social - Roussillon (38)

MOI, JE DÉVORE UN LIVRE À CHAQUE REPAS!

AVIS AUX BIBLIOVORE:
Dévorez les livres que nous vous avons présentés sans retenue!
Vous ne risquez pas une crise de foie mais vous enrichirez votre imagination ou vos connaissances!

La Gazette des écoliers > N°24
Mars 2004 - École du Centre
Château des Rohan
Saverne (67)

Journal >
École de Chavagne (35)



J'aime faire des fiches de math mais je ne pense pas à en inventer. Mais je sais qu'un jour j'y penserai.

Lucas

Andréa je vais l'inviter à mon anniversaire et on va jouer. Andréa, c'est ma meilleure copine du monde parce qu'elle me console quand je pleure mais Valentine aussi. Mais des fois on se bagarre entre copines et on s'arrange et on mange tous les jours ensemble.

Kawtaer

Je trouve que Andréa est mignonne. J'aime bien son sourire, et quand je lui fais des guilils, elle se baisse en souriant, et quand elle rigole, je rigole avec elle. Au « je présente », quand elle parle, je me demande comment elle sera quand elle sera grande. Elle est un peu petite, mais elle a les cheveux longs.

Valentine

Histoire de Dire > N°9
Avril 2004
École Router - Paris 11^e (75)

Au menu du jour...

Odeurs de rose, de lilas et de jasmin; essences rares et précieuses; épices, miels, thés; odeurs suaves, tendres, délicieuses; puantes des hommes, des rues et de la ville au XVIII^e siècle. Papilles gustatives et sensations olfactives seront soumises à rude épreuve, sur les traces d'un serial-killer, au « nez » redoutable. Une fois mis au Parfum, vous ne refermerez pas indifféremment ce livre envoûtant et enivrant jusqu'à la nausée. (1)

Célèbre pour ses tentacules, pour sa saveur gustative, le Poulpe est aussi un révolté et un justicier au service des opprimés, victimes du racisme, du fanatisme, de l'argent sale. Chacune de ses (mes) aventures débridées lève le voile sur les tabous et les travers de notre société. Pour cigogne le glas, Saône interdite, Nazis dans le métro... des polars à déguster sans modération! (2)

Enfin, pour vous rafraîchir (même si la saison ne s'y prête guère!) et vous revigorer, prenez un grand bol d'air arctique. Découvrez ces "racontars" venus du Groënland, cette terre glacée et hostile, appriivoisée par quelques irréductibles trappeurs qui noient leur solitude et la nuit dans des verres de rhum sirupeux et des histoires contées au coin du feu... (3)

Une librairie

- (1) Patrick Süskind, *Le parfum*. Histoire d'un meurtrier Livre de poche, 1985
- (2) Collection *Le poulpe*, édition de La Baleine ou Libro. Quelques titres disponibles au CDI
- (3) Jörn Riel, *Racontars et malices du Grand Nord*. Coffret 3 volumes, collection 10/18, 1994.

La Soupe > N°2 - Décembre 2002
LEGTP & CFA Stanislas - Wissembourg (67)



La Gazette des écoliers • n°24



Histoire de dire • n°9



Le journal des jeunes • n°2



La Soupe • n°2