

Boc' à Récup'

594 route de Dhuis  
01250 SIMANDRE SUR SURAN  
[contact@bocarecup.fr](mailto:contact@bocarecup.fr)



## A LA DECOUVERTE DES LEGUMES SECS

Animation en classe  
Cycle 4

- ◆ Sensibiliser aux avantages nutritionnels et écologiques des légumes secs
- ◆ Découvrir l'histoire des légumes secs
- ◆ Apprendre à cuisiner, faire ensemble et faire soi-même

### L'animation en bref

Après une découverte sensorielle des légumineuses, place à un quizz pour en apprendre plus sur les protéines végétales. Participez ensuite à un atelier de cuisine pour tester de nouvelles recettes comme des tartinades de lentilles, des gâteaux au chocolat et aux haricots rouges, des gaufres aux pois chiches, etc..

250 eur TTC / séance + frais km (0.6 eur/km)

2h30

### INFOS PRATIQUES

Animation prévue pour 28 enfants max.  
Le tarif comprend le goûter  
Prévoir une grande salle avec un point d'eau et des branchements électriques  
Présence d'un accompagnateur pour 10 enfants en plus de l'enseignant pour l'atelier cuisine  
Animation possible dans les établissements médico-sociaux



GoûtOdébat vous accompagne pour préparer cette animation.  
et aller plus loin. Rendez-vous sur [goutodebat.fr](http://goutodebat.fr)

GoûtOdébat

Quelques exemples de cartes issues de la mallette pour lancer les échanges.

B2 — Savez-vous reconnaître le légumes ?

D3 — Réalisez une expérience scientifique pour comprendre comment conserver les aliments ?

E1 — Que veut dire « bien manger » pour vous ?

E7 — Êtes-vous prêt pour une dégustation ?