



Planifier une séance de littératie alimentaire

Conseils et astuces

- Procédez à l'installation et à la planification avec l'aide de la ressource *Mise en Place*.
- Les groupes de « travail » réduits permettent à plus de personnes de s'exercer à des techniques similaires.
- Songez à couper les recettes en deux et à les préparer en deux groupes, pour que le développement des compétences s'effectue sans trop de nourriture.
- Le nombre total de recettes préparées peut reposer sur le temps alloué, le niveau de compétence et la taille du groupe.
- Choisissez des recettes qui correspondent aux objectifs, au matériel disponible et à l'espace.

Objectifs de la séance

Le programme de littératie alimentaire vise avant tout à développer des compétences, plutôt qu'à simplement préparer un repas.

Objectifs

Par exemple : Améliorer les techniques de manipulation du couteau.

Connaissances à transmettre

Apprendre à découper un oignon en toute sécurité.

Recettes

Matériel

Ingrédients

Ingrédients à acheter :

Ingrédients déjà en stock :



Étapes

Par exemple : Hacher les légumes, mélanger la vinaigrette.

Considérations

Par exemple : nombre de personnes, allergies, âge, culture, problèmes de santé, accessibilité, salubrité des aliments et sécurité en cuisine.

Remarques

