

# Atelier de cuisine

Organisé par Sarah Hitter et Florence Glassier

Projet réalisé vendredi 17 novembre 2023, dans les cuisines de Beaulieu, grâce à Mme Sarah Hitter, enseignante d'Economie Familiale, et ses élèves de 11CO1-Liddes, qui ont accompagnés les élèves de Mme Florence Glassier, scolarisés en 1-2-3H aux Liddes.

Alyn, Sumeyo, Tatiana, Lionel,  
Baptiste, Maël, Louane,  
Martim, Mila

Mael, Timéo, Jade, Mia, Kelia, Assenat, Ashley,  
Inês, Iris, Delina, Amina,  
Raphaël, Yann, Diego, Lily-Rose, Dinis



Nous avons cuisiné des chips avec des légumes racines



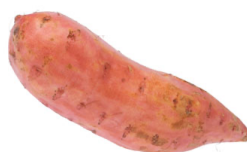
pomme de terre



carotte



céleri



patate douce



betterave rouge

Nous avons décoré des petits pains à la courge



# Chips de légumes



Eplucher les légumes



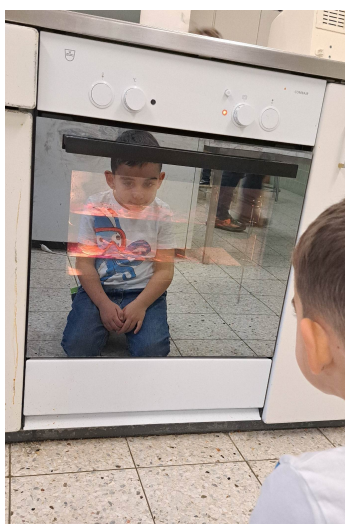
Trancher les légumes en rondelles avec le robot de cuisine



Mettre les légumes dans un saladier avec du sel  
Laisser dégorger  
Eponger les légumes avec un papier de ménage



Sur une plaque chemisée de papier sulfurisé,  
Disposer les rondelles de légumes les unes à côté des autres,  
Badigeonner d'huile avec le pinceau, d'un côté puis de l'autre



Enfourner durant 40 minutes,  
dans le four préchauffé à 150°C.



Se laver les mains



# Petits pains à la courge

Recette: Philipp Wagner, sur Migusto  
<https://migusto.migros.ch/fr/recettes/petits-pains-a-la-courge>

La pâte à petits pains a été confectionnée par maîtresse Sarah, avant le cours :  
MERCI BEAUCOUP MAITRESSE SARAH

## Ingrédients

1,8 dl de lait  
1 sachet de levure sèche  
ou 20 g de levure  
200 g de potimarron  
450 g de farine mi-blanche  
3 cs de sucre  
1 cc de sel  
1 œuf  
50 g de beurre, mou

Faire tiédir le lait puis y délayer la levure. Râper finement la courge non épluchée. Dans un grand saladier, mélanger la farine, le sucre et le sel : disposer en fontaine. Y verser le lait et la courge, les mélanger un peu puis ajouter l'œuf et réunir le tout. Pétrir en une pâte lisse et souple durant env. 5 min. Ajouter le beurre en noisettes et pétrir à nouveau. Couvrir la pâte et la laisser doubler de volume env. 60 min à température ambiante.

Partager la pâte à pain en plusieurs portions  
Modeler les petits pains  
Décorer avec des raisins secs





Déposer son petit pain sur une plaque chemisée de papier sulfurisé

Préparer l'œuf dans un bol :  
Battre à l'aide d'une fourchette



Badigeonner l'œuf,  
Sur le petit pain décoré,  
À l'aide du pinceau.



Cuisson 20 minutes, à 180 °C, dans le four préchauffé

Ajouter au pinceau du chocolat liquide sur les petits pains encore chauds  
Ajouter des pépites de sucre sur le chocolat liquide



Mettre les épluchures et les coquilles d'œuf dans le seau du compost



Faire la vaisselle



Bravo aux équipes de cuisine !

