

# Idées d'activités à consommer sans modération !

## Quatre-quarts La cuisine d'Adeline

### Ingrédients

- 200g de beurre fondu
- 50g de beurre chinique
- 200g de farine
- 4 oeufs
- 200g de sucre

Mélanger le sucre et les oeufs.

Ajouter le beurre refroidi au mélange.

Tamiser la farine et la levure.

Ajouter le mélange farine et levure au mélange sucre, oeufs, beurre.

Beurrer et fariner le moule.

Verser l'appareil dans le moule.

Faire cuire à 160°C durant 45min.

Savourer

Illustration: Tasing Samid www.adeline-cuisine.fr



## Crumble aux pommes C'est mmm...! étiquette!

Pour 6 personnes

- Préparez les pommes préalablement épluchées et découpées dans un plat. Arrosez de jus de citron, ajoutez la compote et la cannelle, puis mélangez.
  - 6 pommes
  - 150g de compote de pommes
  - 1 citron
  - 1 cube de cannelle
- Versez la farine et la cassonade dans un saladier, puis ajoutez le beurre coupé en cubes. Mélangez à la main afin d'obtenir une pâte grumeleuse.
  - 150g de farine
  - 120g de cassonade
  - 100g de beurre
- Recouvrez les pommes de pâte à crumble et mettez au four. Sortez quand le crumble est bien doré.
  - Thermostat 6 (180°)
  - Cuisson: 30 min

www.c-moneletiquette.fr

En panne d'idées de menus ??? :

<https://www.la-fabrique-a-menus.fr>

## Le riz cantonnais recette

Plat • 4 personnes • Préparation : 20 minutes • Cuisson : 15 minutes

### Ingrédients

- 300 g de riz basmati
- 2 oeufs
- 3 petits oignons blancs
- 1 carotte
- 125 g de petites crevettes roses
- 1 verre de petits pois surgelés
- 2 cuillerées à soupe d'huile
- 1 cuillerée à café de beurre

CANTONNAIS RIZ, C'EST POUR LA VIE!

- Cuis le riz comme c'est indiqué sur le paquet et égoutte-le. Casse les oeufs dans un bol. Bats-les bien avec une fourchette.
- Fais fondre le beurre dans une poêle. Verse les oeufs. Quand l'omelette est cuite, coupe-la en morceaux.
- Epluche et coupe les oignons. Epluche et râpe la carotte. Fais chauffer l'huile dans une poêle et ajoute tous les légumes.
- Cuis 10 minutes en remuant. Ajoute le riz, les crevettes et l'omelette. Mélange et fais cuire 5 minutes de plus. C'est prêt !

Recette: Jeanne Micaud. Stylisme et rédaction: Charlotte Joubert. Photos: Didier Bécot. Illustrations: Laurent Simon. Artwork: M33

estrapi



Quelques idées de bricolage de printemps !



A réaliser avec un rouleau de papier WC et du Papier cartonné



Découpez votre initiale dans un bout de carton  
Avec des restes de laine, ficelle, tissu, décorez votre lettre !



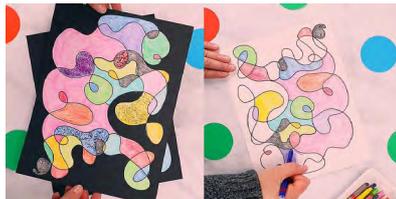
Réalisez un joli bonhomme avec des éléments de la nature ou avec des objets de la maison !!!!

C'est avec beaucoup de Joie  
que nous recevons les photos  
de vos œuvres !  
MERCI

## Que faire sans matériel :

- **Faire un jeu de mimes !!**  
Mimer des animaux, des métiers, des sports, des objets !
- **Jouer à «dessiner c'est gagné» :**  
chacun doit dessiner et l'autre personne deviner
- **Faire une tour d'objets la plus haute et nous envoyer la photo !**
- **Faire des photos avec son téléphone portable et l'envoyer,** la personne à qui vous l'envoyez doit deviner ce qu'elle représente !

- **Faire du scribble art**



- Faire un spectacle et se déguiser
- **Faire un arc en ciel avec différents objets de la maison**
- 



## Le jeu du donut (un peu comme le Mikado)



<http://www.momes.net/Jeux/Jeux-a-imprimer/Jeux-et-activites/Le-jeu-du-donut>

Sites internet :
------------------

**Ecouter des histoires :**

<https://podcast.ausha.co/la-grande-histoire-de-pomme-d-api>

<https://shows.acast.com/des-histoires-en-musique-d-elodie-fondacci>

<https://shows.acast.com/encore-une-histoire/>

<https://www.franceinter.fr/emissions/une-histoire-et-oli>

**Jeux pour enfants :**

<https://sortirahaguenau.fr/jeux-pour-enfants>

<https://www.momes.net>

**De la géométrie en ligne sur le site géométrice**

*Sélectionner un jeu, puis « exemple niveau 1 » dans « choisis un jeu ». Les jeux ne sont pas faciles mais intéressants pour le vocabulaire.*

<http://www.ac-grenoble.fr/webelevés/jeu-geometice/app/index.html>



## Le mot mystère du printemps

R	E	N	O	R	U	E	B	J	V	E	P	A	U	D
S	D	J	A	L	G	O	O	N	M	R	A	C	F	M
Q	D	D	Z	R	U	N	T	É	I	U	C	F	O	Y
B	I	W	E	R	Q	I	O	N	P	R	G	V	I	J
S	G	P	G	U	M	F	T	D	V	I	B	U	P	W
G	S	E	I	M	U	E	R	U	E	Y	N	A	E	T
A	O	L	B	A	M	S	K	N	P	N	A	A	U	T
N	L	R	E	P	I	F	O	K	O	K	B	L	R	O
E	G	S	S	U	M	L	J	I	T	N	I	Q	W	D
X	I	M	Q	O	O	R	K	I	Z	P	G	E	Q	U
O	O	T	F	H	S	J	G	V	E	Q	E	I	U	I
C	E	X	B	C	A	X	A	T	R	X	T	M	O	S
G	M	F	Z	L	H	B	A	P	H	S	A	Y	M	W
W	P	Y	G	O	P	G	R	N	D	J	M	V	B	F
G	Y	T	J	N	F	Y	A	C	K	F	D	G	M	H

Retrouve les mots suivants :

asperge, bourgeon, chou, jonquille, tulipe, jacinthe, muguet, mimosa, pinard, radis, oiseau, pigeon, printemps.



Puis avec les lettres retrouvées le mot caché qui symbolise le printemps

\_\_\_\_\_





**Nous vous espérons tous en forme !  
N'hésitez pas à nous envoyer des photos  
On compte sur vous !**

**A très bientôt**