

Le bien manger

4 www.mangerbouger.fr

Observez les pages du *Guide alimentaire pour tous*. Dites sur quelle affiche se trouvent ces aliments.

Du saumon → 3

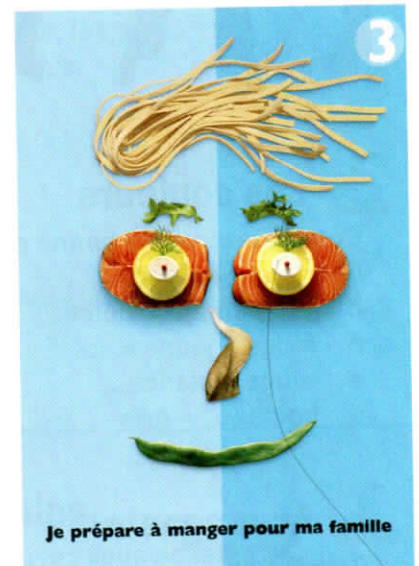
- a du citron
- b des haricots verts
- c des tomates
- d de la salade
- e des oignons
- f des radis
- g du fromage
- h des œufs



5 Profils

Associez les profils à une affiche.

- a Sylvie est professeur. Elle fait les courses au marché et cuisine pour sa famille.
- b Émilie n'a pas le temps. Elle travaille beaucoup et déjeune très vite au café.
- c Paul aime beaucoup manger. Il mange toute la journée !
- d Franck n'aime pas cuisiner.



6 Vous

Et vous ? Quelle affiche vous représente ?
Écrivez votre profil.

7 Votre marché

Répondez.

- a Est-ce qu'il y a un marché dans votre ville ? Qu'est-ce que vous achetez au marché ?
- b Si vous n'allez pas au marché, dites pourquoi.
- c Où faites-vous les courses ?

8 Votre film

En groupe. Filmez le marché de votre ville, un petit magasin ou le supermarché avec votre téléphone.

Avant de filmer, préparez le texte que vous allez dire : le nom du marché, du magasin ou du supermarché, les produits qu'on peut acheter, quels jours il est ouvert...

Postez votre vidéo sur le site de la classe.

Culture/Savoir

Les marchés en France

Il y a plus de 8 000 marchés en France (82 à Paris), ouverts de 7 h à 14 h 30. À Paris, le plus ancien date de 1615 ! C'est le Marché des enfants rouges.

Pour cuisiner

11 Observez la photo et imaginez la recette.



OMELETTE AUX LÉGUMES

Temps de préparation :

Temps de cuisson :

Ingrédients (pour 4 personnes) :

-
-
-
-
-

Préparation :

1.
.....
2.
.....
3.
.....
4.
.....
.....
.....

12 Entourez 3 ingrédients du tableau et ajoutez un ingrédient surprise. Avec les 4 ingrédients, imaginez et présentez une recette.

banane	vin	poulet	courgette
saumon	eau	oignon	chocolat
huile d'olive	sel	poivre	herbes de Provence
crème Chantilly	ail	tomate	?