

# DÉFI DE PLANIFICATION DES RECETTES

## Description

Cette activité encourage à approfondir les concepts mathématiques en planifiant une recette. Grâce à l'ajustement des ingrédients, à l'estimation des coûts et à l'analyse nutritionnelle, vous acquerez une expérience pratique de l'application des compétences numériques à des scénarios culinaires.

## Objectifs d'apprentissage



S'engager dans une activité créative et éducative en planifiant une recette, en ajustant les ingrédients et en comprenant les concepts numériques.

## Résultats attendus

Approfondissement de la compréhension des concepts numériques dans le contexte de la cuisine et de la planification budgétaire.



## Temps nécessaire

30 - 60 minutes

## Cadre d'apprentissage

Activité individuelle ou en groupe



## Matériel nécessaire

Cartes de recettes vierges ou papier ; stylo/crayon ; calculatrice (facultatif)

## Conseils pratiques

- Choisissez votre recette préférée pour rendre cette activité plus agréable ou utilisez les biscuits au potiron et au chocolat ou la recette des spaghettis à la bolognaise fournie ci-dessous.
- Recherchez les prix des ingrédients en ligne ou dans une épicerie locale pour obtenir une estimation précise des coûts.
- Vous pouvez choisir une version plus facile en sautant une ou plusieurs étapes (étapes 4 à 7).

# DÉFI DE PLANIFICATION DES RECETTES

## Conseils étape par étape

1. Choisissez une recette pour l'exploration. Exemple : Biscuits au potiron et au chocolat.
2. Notez les ingrédients nécessaires à la recette sur une fiche de recette ou une feuille de papier vierge.
3. Recherchez les prix actuels des ingrédients dans votre épicerie locale ou en ligne. Calculez le coût estimé de chaque ingrédient et le coût total de la recette.
4. Ajustez les portions de la recette. Par exemple, si la recette originale est destinée à quatre personnes, calculez les mesures pour deux ou six portions.
5. Recherchez les informations nutritionnelles pour chaque ingrédient. Calculez l'apport nutritionnel total pour l'ensemble de la recette et par portion. Recherchez les informations nutritionnelles pour chaque ingrédient. Calculez l'apport nutritionnel total pour l'ensemble de la recette ajustée et par portion.
6. Modifiez la recette en utilisant des ajustements fractionnaires. Par exemple, si la recette originale demande  $\frac{3}{4}$  de tasse de sucre, ajustez-la à  $\frac{1}{2}$  tasse ou 1 tasse.
7. Créez une fiche de recette ou un document visuellement attrayant qui comprend toutes les informations recueillies au cours de l'activité. Prévoyez une section pour les notes et les réflexions.
8. Réfléchissez aux concepts mathématiques impliqués dans l'activité. Réfléchissez à la manière dont les ajustements des mesures, des coûts et des portions influent sur la recette globale. Si possible, partagez votre plan de recette mathématique avec vos amis ou votre famille. Discutez des difficultés rencontrées et des enseignements tirés de l'activité.

**La source de l'activité:** SIF



## DÉFI DE PLANIFICATION DES RECETTES

### Biscuits au potiron et au chocolat

#### INGRÉDIENTS :

250 g farine de blé

120 g beurre

120 g sucre roux

50 g sucre

120 g pépites de chocolat

120 g purée de potiron (épaisse)

1 c. à c. d'extrait de vanille

1 c. à c. d'épices pour pain d'épices

0,5 cuillère à café de cannelle

1,5 cuillère à café de levure chimique

1/4 c. a. c. de sel

Nombre de portions : 16



## DÉFI DE PLANIFICATION DES RECETTES



### SPAGHETTI BOLOGNAISES - FACILE

#### Ingrédients

- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 400 g de viande hachée de bœuf
- 1 oignon, coupé en dés
- 2 gousses d'ail, hachées
- 100g de carotte, râpée
- 2 boîtes de 400 g de tomates coupées en morceaux
- 400 ml de bouillon

(préparé à partir d'un cube de bouillon, de préférence de bœuf, mais n'importe quel bouillon peut faire l'affaire)

- 400 g de spaghettis séchés
- Sel et poivre

Nombre de portions - 5

