

# L'activité cuisine en centre de loisirs et de vacances

Que fait au moins une fois dans la journée un groupe d'enfants, qu'il soit en centre de loisirs ou de vacances ? IL MANGE !!!

Il mange mais ne fait pas la cuisine. Pourtant, il fait de la peinture et c'est salissant, du bois menuisé et on peut se couper, des cerfs-volants et il n'y a pas de vent.

4

L'enfant mange mais ne fait pas la cuisine parce que cela peut paraître compliqué, dangereux, par peur de rater. De plus, ne peuvent entrer dans la cuisine que des personnes respectant toutes les règles d'hygiène obligatoires (tenues vestimentaires, chaussures...).

Cependant, l'activité cuisine a toute sa place en centre de vacances ou en centre de loisirs. Elle peut être faite à l'intérieur comme à l'extérieur, sa mise en place est rapide, elle est souvent peu onéreuse, la plupart des recettes sont simples, c'est une activité qui peut être proposée à n'importe quel moment de la journée ou du séjour, aux garçons comme aux filles, aux plus jeunes comme aux plus âgés.



Il est possible de faire de la cuisine avec tous les enfants. Les critères de choix de la recette vont être :

- la durée de réalisation ;
- les ustensiles et appareils de cuisson dont on dispose ;
- les techniques utilisées (avec ou sans cuisson, beaucoup d'étapes de préparation ou cuisine "vite faite", ...)

L'activité ne peut pas être pratiquée à la légère et demande qu'on respecte la législation en vigueur par rapport à l'alimentation en collectivité.

Ce n'est pas un atelier "gratuit", une simple "occupation", c'est une activité qui a mille occasions de naître, mille raisons d'exister. On ne peut en citer que quelques unes :

- envie de préparer quelque chose de bon pour l'anniversaire d'un copain ;
- envie de faire la fête pour le retour du groupe parti depuis 3 jours en camping ;
- envie de découvrir la recette de tarte dont la copine parle, et qu'elle trouve si bonne ;
- envie de découvrir un plat venu d'ailleurs ;

- envie de se faire à manger, alors qu'à la maison, on ne peut pas toucher au gaz ;
- envie d'avoir une belle table ;
- envie de préparer quelque chose avec des ingrédients qu'on ne connaît pas, pour goûter ;
- envie de pétrir la pâte et de la déguster ;
- envie de préparer un pain de légumes que l'on emportera en pique nique ;
- envie de manger comme ailleurs, comme autrefois...

Et puis faire la cuisine, c'est partir à la découverte :

- d'instruments, généralement réservés aux grands ;
- de sensations (la légèreté des blancs en neige, le mélange des goûts et des couleurs, les odeurs, le pétrissage d'une pâte,...) ;
- de techniques de transformation, de cuisson, de décoration ;
- de goûts salés, sucrés, amers, acides, épicés...

On a une idée dans la tête, idée que l'animateur saura accueillir, enrichir ; il saura aider pour que ce projet prenne corps et soit mené à bien.

Cette activité est intéressante à plus d'un titre :

**C'est une activité qui engage complètement celui qui la pratique.**

L'enfant a vu faire la cuisine à la maison, il éprouve du plaisir à mettre la "main à la pâte", soit pour imiter l'un de ses parents, soit par goût personnel. Quelle satisfaction pour un enfant de préparer un plat pour ses petits camarades ! Ses goûts seront interpellés même s'il est d'accord pour essayer ce plat épicé, ces mets venus d'ailleurs... toute une partie de son affectivité est mise en jeu : on aime ce qu'on a l'habitude de manger, on vou-



drait bien essayer mais on a un peu peur de ce qu'on ne connaît pas ; heureusement le copain dit que c'est bon et l'on peut compter sur l'animateur.

**C'est un projet que l'on mène en groupe** ou pour le groupe. Même si une recette ne requiert pas un travail collectif, elle n'est jamais réalisée pour soi tout seul. On cuisine pour les autres, pour partager. La réalisation sera dégustée par tous, la réussite reconnue et du même coup l'enfant prendra confiance en lui. Déguster un plat, c'est d'abord de la convivialité. Déguster tout seul : la part de plaisir est moindre. On peut échanger sur le goût, l'intérêt des différentes étapes de la préparation, le résultat final ; s'il y a plusieurs productions, des comparaisons sont faites mais il n'y a jamais échec même

lorsque la réussite n'est pas parfaite et c'est très rassurant. Certains gâteaux "lou-pés" sont si délicieux qu'on voudrait bien se remémorer comment ils ont été faits ! Bien sûr, cela suppose que l'animateur ait suffisamment de maîtrise des appareils de cuisson pour que le réglage du four soit convenable et que le gâteau ne soit pas trop cuit : quelques essais préalables et une bonne attention pendant la cuisson suffisent souvent mais il ne faut pas craindre de demander l'avis du responsable de cuisine. Cette collaboration sera une richesse supplémentaire pour les enfants mais aussi pour la personne de l'art qui voit ainsi ses compétences reconnues.

**Cette activité permet des expériences, des découvertes** : utiliser un fouet, un batteur électrique pour monter des blancs en neige, pétrir la pâte juste ce qu'il faut et l'étaler à l'aide d'un rouleau après avoir fariné le plan de travail, badigeonner le dessus d'une tourte au pinceau avec de l'œuf battu pour que ça dore bien, allumer le gaz sans se brûler, éplucher des légumes ou des fruits en se servant d'un couteau éplucheur...autant d'apprentissages faits au



moment où ils sont utiles et que l'enfant pourra réinvestir. Expériences qui permettent d'utiliser des matériaux "des grands", quelquefois réputés dangereux tels les couteaux, le feu, l'électricité, mais les apprentissages sont faits dans un petit groupe avec un adulte présent et aidant, en toute sécurité.

### **Activité qui permet la fantaisie et l'initiative :**

**- initiative dans les recettes elles-mêmes** : "Si on ajoutait un peu de..." "Crois-tu que ce mélange sel-sucre dans les carottes râpées à l'orange est correct ?" "Moi, j'ajouterais bien quelques raisins secs..." et l'on peut échanger les idées, être étonné par le goût, modifier comme toutes les mamans du monde, la recette du fichier pour qu'elle devienne une recette "brevetée maison" qu'on confectionnera pour ceux que l'on aime bien.

**- fantaisie dans la présentation, le décor** : quoi de plus joli que ce plat de crudités où les couleurs se marient, forment une peinture que l'on dévore des yeux avant même d'y goûter ? Quoi de plus drôle que ces petits personnages en pain d'épices que l'on croirait sortis d'une bande dessinée ? Quoi de plus surprenant que ce petit train du Far West tout en gâteaux secs collés au sucre dont les roues sont des bonbons et les rails des rubans de réglisse ?...Les idées fusent, il faut parfois les canaliser, les rendre réalisables, rappeler qu'on ne peut pas utiliser n'importe quoi (attention au papier qui va déteindre, aux baies que l'on ramasse dans la nature et qui peuvent être toxiques).

**C'est une activité qui demande de se projeter, de s'organiser** : combien de temps faut-il ? Par quoi commencer ? Quels ingrédients prévoir ? La recette est

pour six mais on sera huit à manger : qu'est-ce qu'on fait ? Avec la cuisson, c'est un peu long : et si on demandait au cuisinier de cuire avant?...

Autant de questions qui se posent. Certes, l'animateur y aura réfléchi. Mais il aura soin de permettre aux enfants, en fonction de leur âge, de s'interroger à leur tour, d'élaborer leurs propres réponses, d'être réellement acteurs. L'animateur n'est pas un simple spectateur. Il est le garant de la réussite.

L'activité demande une rigueur dans les mesures d'hygiène à respecter : lavage des mains, tenue vestimentaire, disposition de l'atelier et du matériel et enfin nettoyage et rangements sans lesquels l'activité ne serait pas terminée.

Avec les petits, il faut privilégier des préparations sans cuisson, sans recette précise, sans habileté ou savoir-faire. Il faut surtout éviter les découpages complexes (rondelles fines, petits cubes réguliers...). Si un affichage s'avère nécessaire, la recette peut être présentée sous forme de dessins, avec des couleurs, pour que cela soit appétissant, pour donner envie. Il est intéressant que les enfants et les jeunes puissent réaliser des plats demandant des types de cuisson différents : pâtisserie au four, poisson en papillotes, légumes cuits à l'eau. Les cuissons avec friture demandent quelques précautions et ne pourront se faire qu'en petit groupe et si toutes les conditions de sécurité sont réunies. Les cuissons de plein air demandent des compétences différentes et on se reportera avec profit aux 4 numéros spéciaux des Cahiers de l'Animation (n°12-15-16 et 21) édités par les Ceméa qui abordent le problème des feux et proposent différentes recettes. La plupart du temps, les enfants ne réaliseront qu'un plat, et pour un petit groupe. Ce sera éventuellement une par-



tie du festin dont le reste sera élaboré par l'équipe de cuisine.

C'est à l'occasion de mini-camps que des groupes auront à préparer les repas pour toute la journée. Là, l'équipement de la cuisine conditionne ce que l'on peut faire. Une information spécifique est utile pour les animateurs qui trouveront des renseignements précieux dans le "carnet de randonnée" qu'ils demanderont à leur directeur de centre.

Pour qu'une activité cuisine soit réussie, il faut que chacun trouve sa place (attention au nombre de participants). Ce n'est pas l'esthétisme et le goût de l'adulte qui priment mais l'animateur doit être vigilant afin que la préparation soit mangeable. Le gaspillage doit être absolument évité et tout doit être mis en œuvre pour que l'enfant réussisse : prévoir donc tout ce qu'il faut et rien que ce qu'il faut ! Une bonne organisation et beaucoup d'hygiène sont primordiales.

Enfin, l'animateur doit être heureux dans cette activité. Cuisiner avec des enfants, c'est le plaisir de faire ensemble, d'inventer, de créer, de déguster et de partager ses impressions.

# Tenue, hygiène et installation

## Tenue

Observons un vrai cuisinier : il a un pantalon bleu et blanc, une veste de cuisinier, un tablier, un calot sur la tête ou une toque. Il ne porte ni montre, ni bague. Ses chaussures sont couvertes et anti-dérapantes.

8

Sans vouloir copier cette tenue, un minimum doit être envisagé avec les enfants, pour des raisons d'hygiène et de sécurité. Jouer à être cuisinier, c'est aussi se costumer pour lui ressembler. Si on dispose d'un peu de temps, on peut fabriquer un petit calot en papier blanc.

Dans tous les cas, les cheveux longs seront attachés, les manches retroussées, les ongles courts et propres, les mains lavées. Un torchon fixé devant l'enfant avec une épingle de sûreté ou une pince à linge peut suffire. Privilégier des chaussures fermées plutôt que des nu-pieds (en cas de chute d'objets ou de liquide chaud).

Il faut aussi prévoir des poignées de cuisine ou maniques pour ne pas se brûler.

## Hygiène dans la cuisine

La réglementation en matière de cuisine et de restauration est très précise et stricte. Il faudra envisager l'activité cuisine à un moment où les locaux sont disponibles. Impossible de faire cuire un

gâteau dans le four si les poulets sont à rôtir pour le repas de midi !

Le moment le plus adapté est sans doute l'après-midi, après la remise en état des lieux.

N'est autorisé à rentrer dans la cuisine que le personnel habilité, dès qu'il est en tenue de travail. On s'habillera donc en dehors de la cuisine.

Impossible d'imaginer également un grand groupe d'enfants. Quel que soit l'âge, 5 à 6 enfants maximum sont envisageables. Au-delà, les tâches peuvent être plus délicates à répartir. Rien n'est plus frustrant que de ne pas casser les œufs ou délayer le chocolat ! Il faut donc qu'il y ait du travail pour tout le monde ! Le lavage des mains est obligatoire avant d'entrer en cuisine. Il se fait toujours avec un savon, voire une brosse à ongles pour enlever les traces des dernières activités manuelles. L'essuyage est complet avec du papier à usage unique plutôt qu'un torchon qui sert à tout.

Avant de commencer à travailler, il faut vérifier la propreté des plans de travail. Il est préférable de demander à l'économiste les produits à utiliser : tous ne conviennent pas. Il faudra aussi penser à la remise en état après l'activité. Ne pas oublier le produit vaisselle, les lavettes, les grattoirs, des bassines, des torchons à vaisselle.

Quelques précautions sont aussi à prendre avec les boîtes de conserve : véri-

fier la date de péremption et laver le couvercle avant de les ouvrir.

Mais on peut aussi faire de la cuisine dehors ! Dans ce cas, les choses sont un peu moins contraignantes, même si l'hygiène dans la préparation est toujours de mise.

Il faut alors prévoir des tables propres, transporter juste le matériel dont on a besoin, s'installer non loin d'un point d'eau et penser au sac poubelle.

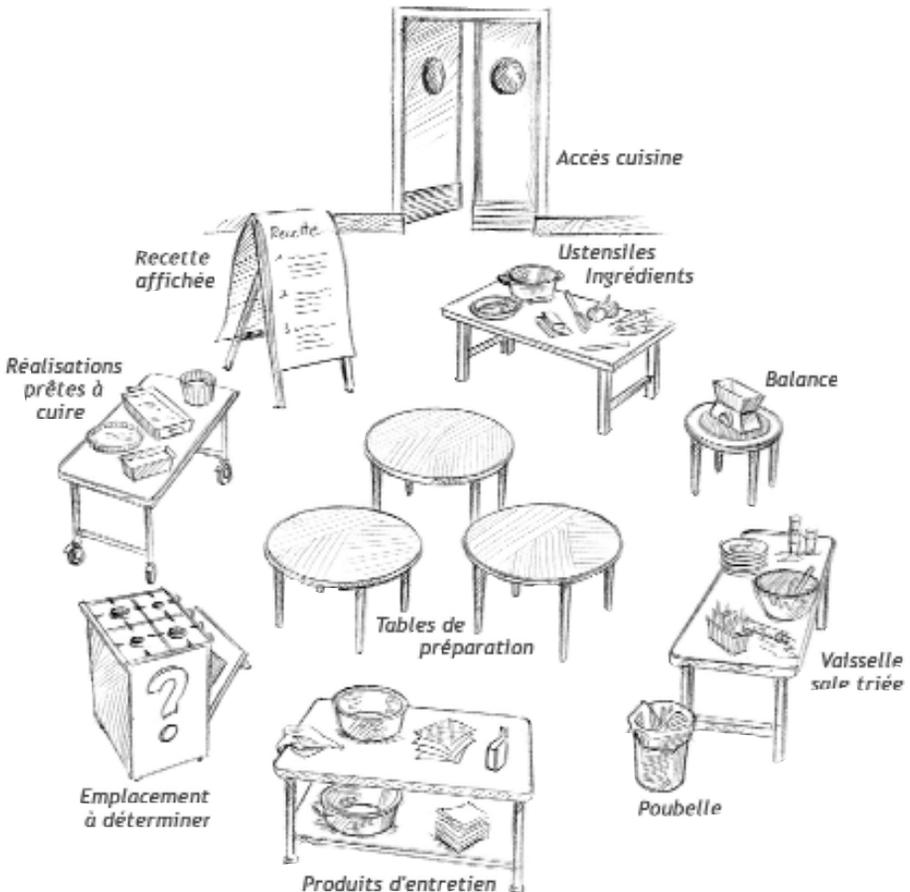
D'autre part, il faut éviter de s'installer en plein soleil.

Dans certaines collectivités, il est impossible d'entrer dans la cuisine. On peut alors s'installer dans la salle à manger.

### Installation

Les lieux de préparation, s'ils sont bien organisés, permettront un gain de temps et seront un gage de réussite.

### Organisation des lieux ou comment créer un coin cuisine dans la salle à manger ? Une installation possible.



Pour la cuisson, si elle est nécessaire :

- fera-t-on cuire en cuisine, avec l'accord et l'aide éventuelle du chef ou de l'économiste ?
- prévoit-on un poste de cuisson dans notre installation – plaque électrique, camping-gaz bien stable, mini-four...?

N'oublions pas la sécurité :

Quelques règles simples s'imposent. On ne se déplace pas avec des couteaux et on les laisse bien en évidence sur les plans de travail. On fait attention aux appareils de cuisson : s'il s'agit du gaz, attention à tourner le bon bouton du brûleur ; pour des plaques électriques, il faut se rappeler qu'elles restent chaudes longtemps et ... que ça ne se voit pas ! Si la cuisson a lieu en extérieur, avec des *Camping Gaz* par exemple, il faut les installer un peu à l'écart, protégés du vent ou d'un courant d'air et assurer leur stabilité.

Voici un récapitulatif qui peut vous aider lors de la préparation de votre activité :

- la présentation de la recette : fiche recette présente à chaque table ou une

affiche écrite ou dessinée ? Ne pas oublier d'expliquer les pictogrammes.

- les ingrédients : je sais la quantité de denrées nécessaires – je sais où les trouver – je sais où les stocker avant et pendant la préparation ;
- les ustensiles : il me faut de quoi peser ou mesurer, mélanger, couper, cuire...Y en a-t-il assez ? Sont-ils propres ?
- le lieu de réalisation : j'ai assez de tables ;
- il n'y a pas d'autres groupes d'enfants prévus en même temps – tout le matériel dont j'ai besoin est disponible – les tables sont propres – un point d'eau est à proximité pour le lavage éventuel des denrées – je sais où je peux faire laver les mains – si un camping-gaz est nécessaire, il est installé à l'écart, bien stable.
- les réalisations sont terminées : où les stocker ? Quel réfrigérateur peut être utilisé ? A quelle heure le four est-il disponible ? Comment fonctionne-t-il ? (Prévoir des maniques !) Où faire la vaisselle ? Où ranger le matériel ?

Remplissez maintenant votre check list.



## CHECK – LIST à photocopier pour préparer votre activité



- J'ai choisi ma recette – je connais le nombre d'enfants et leur âge
- Je sais quelle présentation adopter pour ma recette
- Je sais où m'installer et j'ai assez de tables
- J'ai assez de place
- J'ai prévu l'emplacement des ustensiles et matériels dangereux
- J'ai vérifié la malle cuisine (où je peux disposer du matériel nécessaire)
- Je sais où sont mes denrées
- Je sais où faire cuire
- Je sais faire fonctionner le four, le brûleur...
- J'ai prévu une place pour la vaisselle sale
- Je sais où mettre mes préparations froides terminées (pièce fraîche ou réfrigérateur si nécessaire)
- Je sais où garder à bonne température mes préparations chaudes
- Je sais où faire la vaisselle
- J'ai prévu des torchons, des maniques, des lavettes, un sac poubelle
- J'ai prévu une tenue de cuisinier pour les enfants et pour moi-même

Vous avez tout prévu ? Bravo ! Bon courage !

# MALLE CUISINE

Elle est proposée pour un groupe de six. Elle doit contenir des ustensiles dont le prix de revient est modéré et sans lesquels il est plus difficile de travailler. Ces matériels se trouvent dans la cuisine mais peuvent être déjà utilisés ou de taille incompatible avec l'âge des enfants et les quantités utilisées. Si vous n'avez pas la totalité indiquée, vous pouvez vous adapter et réaliser malgré tout votre activité. Pour les saladiers et ustensiles non cités ci-dessus, on demandera en cuisine.

3 fouets



3 cuillères en bois



3 spatules en bois



3 spatules en caoutchouc



3 couteaux d'office



3 couteaux éplucheurs



1 couteau à découper



6 cuillères à soupe



6 fourchettes



6 cuillères à café



3 verres gradués



1 balance



3 rouleaux à pâtisserie



1 pinceau



1 paire de ciseaux



1 presse citron



1 passoire fine



1 chinois



1 mouli-julienne



1 râpe



1 petit mixeur



1 batteur électrique



2 moules à tarte



2 moules à manqué



2 moules à cakes



12 moules à tartelettes



2 grilles à pâtisserie



2 planches à découper



2 plaques style couvercle boîte à biscuits



2 moules à charlotte



1 casserole diam. 18 cm



1 casserole diam. 12 cm



# Index

- Pâtes de base
- Sauces salées et sucrées
- Des boissons pour se désaltérer et pour faire « la fête »
- Des collages et des glaçages de toutes les couleurs
- Et le repas devient une fête...

## Entrées

- Salade de lentilles 1
- Salade de haricots verts à l'avocat 2
- Salade de pâtes 3
- Salade mexicaine 4
- Taboulé 5
- Avocats surprise 6
- Concombres à la romaine 7
- Tomates printanières 8
- Betteraves caucasiennes 9
- Brochettes de tomates cerises à la Feta 10
- Fondue de légumes crus 11
- Cake aux olives 12
- Oeufs mimosa aux sardines 13
- Tarte tomate et chèvre 14
- Pizzas rigolotes 15
- Quiche lorraine 16
- Velouté Halloween 17

## Plats

- Pain de thon 1
- Pain de courgettes 2
- Oeufs gratinés au cantal 3
- Gratin suisse 4
- Riz à la cantonnaise 5
- Coquilles de poisson 6
- Timbale de pâtes 7

## Fiche

- Poisson en papillotes 8
- Saumon en pâte à sel 9
- Chaud-froid de poulet aux petits légumes 10
- Blancs de volaille au garum 11
- Poulet curry et noix de coco 12
- Poulet ketchup très américain 13
- Brochettes de porc aux fruits 14
- Porc au miel 15
- Jacket Potatoes 16
- Fondue chinoise 17
- Alouettes sans tête 18

## Fiches desserts

- Charlotte aux pêches 1
- Flan 2
- Clafoutis aux pommes 3
- Gâteau au chocolat 4
- Gâteau au yaourt 5
- Crumble 6
- Pain perdu 7
- Fondue au chocolat 8
- Riz au lait 9
- Kebab aux fruits 10
- Mousse yaourt et fruits rouges 11
- Patina versatilis vice culci 12
- Sablés 13
- Pains d'épices 14
- Apple pie 15
- Almond fingers 16
- Biscuit de savoie 17
- Gâteau à l'ananas 18
- Gâteau à l'orange 19
- Flan à la noix de coco 20
- Brownies 21
- Bras de Vénus 22

## Fiche