

Partage de la nourriture

Redécouvrir les traditions de partage
de la nourriture

Traditions de partage de nourriture

Découvre des traditions de partage de nourriture
et prépare un délicieux repas en groupe.

Durée :

1 heure pour la recherche de fêtes, de festivals
et de cérémonies (peut être faite à l'avance)

1 heure : récits de traditions de partage de
nourriture

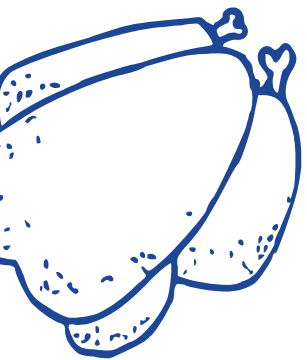
1 heure : préparation de nourriture

De nombreuses cultures à travers le monde célèbrent les récoltes saisonnières et mettent en valeur les traditions alimentaires en prévoyant des festins ou des jeûnes pour marquer les périodes d'abondance ou de rareté.

Les communautés autochtones de la côte Pacifique Nord-Ouest célèbrent le *potlatch*, une cérémonie qui existe depuis des siècles et où on organise un repas basé sur le don. Des aliments appelés *stapigs* sont donnés aux convives³⁴.

Au Mexique, le partage de la nourriture est un élément fondamental de traditions comme le *Día de los Muertos* (Jour des morts). Les familles se réunissent autour d'un *altar de muertos* (autel aux morts) érigé à la maison et partagent leur nourriture préférée en parlant des êtres chers disparus.

Des fêtes comme l'Action de grâce, axées sur la nourriture, sont l'occasion parfaite de redécouvrir des traditions ou d'en inventer de nouvelles qui mettent la nourriture et le partage à l'honneur pour éviter le gaspillage.



Comment faire :

Avant de commencer, fais une recherche sur des fêtes, des festivals des récoltes ou des cérémonies qui mettent l'accent sur le partage de nourriture. Durant la préparation ou le repas, raconte ce que tu as découvert.

1. Où et quand la cérémonie a-t-elle lieu?
2. À quelle culture est-elle associée?
3. Quels sont les mets qui sont préparés? Avec quoi sont-ils préparés?
4. Est-ce que le partage ou le don de nourriture fait partie du rituel?
5. Y a-t-il ce genre de célébration dans ta famille? Quelles sont les différences et les similitudes?

Crée une affiche illustrant les différentes célébrations, incluant l'endroit et la date où elles ont lieu. Pense à inclure des recettes, les costumes particuliers et des photos des plats.

Reçois
5 points Influenceur ou
Concepteur de solutions



Préparer une soupe aux cailloux

Durée : 1 heure

Maintenant que tu en sais plus sur les fêtes de la nourriture et des récoltes, forme un groupe avec qui tu cuisineras et partageras un repas. Chacun apporte un ingrédient qui doit être consommé rapidement. Le professeur ou le responsable du groupe pourra apporter les ingrédients manquants.

- Légumes récupérés ou restes de légumes, restes de haricots ou de riz, sauce aux tomates (utilise tes compétences de l'activité 4 pour trouver des aliments qui doivent être utilisés rapidement)
- Huile de cuisson
- Couteau, planche à découper et casserole
- Plaque chauffante ou cuisinière
- Pour une version sans cuisson de cette activité, apporte des fruits ou des légumes pour préparer une salade

Comment faire :

1. Regarde La [soupe de cailloux](#)³⁵ ou trouve un livre où tu pourras lire le conte.
2. Sous la supervision d'un adulte, coupe les ingrédients en petits morceaux.
3. Fais chauffer l'huile dans la casserole, puis ajoute en premier les ingrédients qui ont les saveurs les plus marquées, comme l'ail et l'oignon. Ajoute ensuite les ingrédients plus denses (comme les carottes) et laisse cuire pendant 5 minutes en remuant fréquemment. Ajoute de l'eau puis, lorsque le mélange commence à bouillir, baisse le feu et laisse mijoter. Goûte à quelques reprises pendant la cuisson et décide avec ton groupe s'il manque quelque chose au mélange. Ajoute des ingrédients au besoin.

Reçois
5 points Innovateur,
Producteur-Chef ou
Récupérateur



La soupe aux cailloux

La soupe aux cailloux est un conte dans lequel un étranger affamé réussit à convaincre chaque habitant d'un village de partager un peu de nourriture pour préparer un repas que tous savoureront ensemble à la fin.

Savais-tu que...?

Un peu partout en Amérique du Nord, divers organismes récupèrent la nourriture qui est ensuite distribuée par des bénévoles. Par exemple :

- Canada : [Second Harvest](#), [Banques alimentaires Canada](#)³⁶
- Mexique : [Bancos de Alimentos de Mexico](#)³⁷
- États-Unis : [Food Rescue](#)³⁸

Avec la permission de tes parents, informe-toi auprès d'organismes locaux pour savoir si tu peux faire du bénévolat ou les aider d'une autre façon.

Tu veux en faire plus?

- Participe à un festival des récoltes dans ta région pour découvrir les différentes façons de célé-brer la nourriture.
- Si tu as aimé préparer une soupe de cailloux, tu peux planifier d'en préparer une fois par se-mainé pour ton groupe ou d'autres personnes.
- Si tu veux organiser un party Disco Soupe, va à l'activité 17.

Reçois

5 points Influenceur ou Innovateur

Reçois

10 points Producteur-Chef, Innovateur ou Récupérateur



³⁴Snyder, S. (1975). Quest for the sacred in Northern Puget Sound: An interpretation of potlatch. Ethnology, vol. 14, no 2, p. 149-161.

³⁵Murals Association (2018). La soupe de cailloux. <<https://www.youtube.com/watch?v=NTI7qzAZwVk>>

³⁶Second Harvest (2018). <<https://secondharvest.ca/>>, Banques alimentaires Canada. (2019). <<https://www.foodbankscanada.ca/Home.aspx?lang=fr-CA>>

³⁷Bancos de Alimentos de Mexico (2018). <<http://bamex.org/>>

³⁸City Harvest (2018). <<https://www.cityharvest.org/>>