

LA CUISINE



(copie de l'enseignant)

☞ Au 17^e siècle, la cuisine fait partie de la salle commune. Trois fois par jour, on y prépare les repas. C'est un travail de longue haleine, car les familles sont nombreuses. À la ferme de Marguerite Bourgeoys (aujourd'hui la Maison Saint-Gabriel), il y a plus de quinze bouches à nourrir.

✎ De quoi se nourrit-on?

La plupart des aliments que l'on consomme aujourd'hui existaient à l'époque de la Nouvelle-France. Pour se les procurer, les habitants dépendaient de la chasse, de la pêche et de l'agriculture. Amuse-toi à faire les jeux suivants, pour découvrir ce que l'on mange...

... le matin

Cinq aliments sont cachés dans la grille. Essaie de les retrouver. Attention! Les mots peuvent se lire dans tous les sens.

m	b	l	e	s	c	a	s
e	s	e	p	e	r	c	i
l	a	m	a	n	e	i	r
a	b	o	i	r	m	t	o
s	o	n	n	r	i	o	p
s	a	r	r	a	s	i	n
e	p	e	l	a	s	s	e

1. Base de l'alimentation en Nouvelle-France :
le **pain**.
2. Pour le transport de la vitre sur les bateaux, on la dépose dans des barils remplis de ce sirop :
la **mélasse**.
3. Au printemps, on l'obtient en faisant bouillir la sève :
le **sirop** d'érable.
4. Elles sont délicieuses avec du sirop d'érable :
les **crêpes**.
5. Céréale avec laquelle on fait la farine blanche :
le **blé**.
6. On utilise cette céréale pour faire des galettes :
le **sarrasin**.
7. En Nouvelle-France, on y trempe le pain pour le ramollir : le **lait**.

... le midi et le soir

(copie de l'enseignant)

À la campagne, le dîner et le souper se ressemblent. Pour découvrir le menu du jour à la métairie, remplace chaque lettre du message codé, par la lettre qui la précède dans l'alphabet.

Entrée :	Soupe aux pois Pain de blé
Plat principal :	Fricassée de gibier Racines
Dessert :	Mélasse Pommes
Breuvages :	Eau Bouillon Cidre

Savais-tu que...

- L'expression « manger des racines » signifie manger les légumes qui poussent dans la terre, comme les carottes, et non manger les racines des arbres!

- Le *bouillon*, consommé par l'habitant, est une bière maison. Il l'obtient en faisant fermenter, pendant quelques semaines, des morceaux de pâte crue dans des barils remplis d'eau.

À toi de jouer!

Parmi les légumes suivants, trois ne sont pas consommés sous le Régime français. Encerle-les.

- | | | |
|-----------------|-------------------------|---------------|
| - Navet | - Tomate | - Topinambour |
| - Carotte | - Fève | - Oignon |
| - Piment | - Chou | - Betterave |
| - Asperge | - Concombre | - Laitue |
| - Poireau | - Pomme de terre | |



L'utilité des plantes

(copie de l'enseignant)

Au 17^e siècle, les colons connaissent très bien les plantes. Ils utilisent les fruits, les légumes, les fleurs et les fines herbes pour différents usages : s'alimenter, se vêtir, se soigner.

Pour connaître l'utilité de certaines plantes en Nouvelle-France, résous les mots cachés ci-dessous. Quelques lettres t'aideront à trouver les mots. S'il le faut, aide-toi du dictionnaire.

1. Utilisées en cataplasme, mes feuilles guérissent les blessures. Comme aliment, je suis très bon en cigare.

C	H	O	U
---	---	---	---

2. Je suis un légume utile pour teindre la laine en rose.

B	E	T	T	E	R	A	V	E
---	---	---	---	---	---	---	---	---

3. On dit que j'éloigne les vampires! En Nouvelle-France, je combats les vers intestinaux.

A	I	L
---	---	---

4. En tisane, je suis efficace contre la mauvaise digestion. Je donne bonne haleine.

M	E	N	T	H	E
---	---	---	---	---	---

5. Les Amérindiens m'utilisent contre les piqûres d'insectes. Je ressemble à l'oignon vert.

C	I	B	O	U	L	E	T	T	E
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

6. Je suis mauve et je suis utile pour parfumer la maison.

L	A	V	A	N	D	E
---	---	---	---	---	---	---

7. Très nutritif, je suis mangé bouilli, soufflé ou en farine.

M	A	Ï	S
---	---	---	---

8. J'aime tourner mes pétales vers le soleil. Mes graines sont délicieuses.

T	O	U	R	N	E	S	O	L
---	---	---	---	---	---	---	---	---

