

Marguerite by CLAUDEL

Léguminez-vous !

Objectif de notre projet : Découvrir les légumineuses, leurs intérêts pour la population et l'écologie

Déroulé de notre projet de l'année

OUVERTURE DU PROJET ET DÉCOUVERTE DU FIL ROUGE « LES LÉGUMINEUSES »

Nos cartes mentales nous ont montré que ce sujet restait bien mystérieux pour nous ...

PHASE DE RECHERCHE POUR APPRENDRE ET MIEUX COMPRENDRE

de recherche au CDI -> apprendre les cycles des différentes légumineuses, les régions de production, bien comprendre qui sont des légumineuses et qui n'en sont pas, leurs avantages...

Réalisation de Cartes d'identité d'un produit pour en comprendre la composition, la production

Enquête pour comprendre ce qui se passe sur notre territoire -> l'agriculture en Auvergne Rhône Alpes, la culture de légumineuse en AURA et dans l'Ain.

Réalisation d'affiches



PHASE DE RENCONTRE ET D'ACTION

Visite du Lycée agricole des Sardières : comprendre les tests agricoles menés par les lycéens sur la féverole, transformation d'une légumineuse avec réalisation des cookies à la farine de lentille

Rencontre avec la gestionnaire du collège : Lors de l'échange nous avons fait des propositions pour augmenter les repas avec légumineuses à la cantine mais on s'est rendu compte que ce n'est pas facile de faire changer les choses, il y a beaucoup de paramètres de décision et beaucoup de gens à convaincre.

La journée légumineuses au collège : Préparation de cookies à base de lentille par nos soins pour l'ensemble des demi-pensionnaires, conception et animation de jeux pour faire connaître les légumineuses aux autres classes (devinette tactile + quiz + le saviez-vous ?...), affichage de nos affiches pour les sensibiliser aux avantages variés des légumineuses. Pour finir la journée, l'association Réseau Marguerite nous a proposé des ateliers pour préparer le congrès

Préparation et participation au congrès : le grand jour !

Résumé du projet annuel

Notre projet tourne autour des légumineuses, en partenariat avec le lycée des Sardières. Nous avons réalisé que nous ne connaissions pas grand-chose sur ses légumes secs qui possèdent pourtant des qualités surprenantes et intéressantes pour développer une agriculture respectueuse de l'environnement, de notre santé à moindre coût pour le consommateur.

Ce qu'on a appris

Différencier les légumineuses des autres légumes

Les associer avec des céréales permet de compenser l'absence de viande
Limite la consommation d'eau et de pesticides (culture) -> intérêt pour la gestion de globale des ressources en eau et pour la santé publique

Aux Sardières -> découverte de la pluriculture

Economique en surface nécessaire pour produire (par rapport à l'élevage)

A cuisiner avec des farines de légumineuses (blé=céréale + lentille ou pois cassé = légumineuse -> varier les apports nutritionnels)

Beaucoup de gens connaissent mal/très mal les légumineuses, confusion légume/légumineuse, à priori sur le goût souvent dépassé après dégustation

On a plus d'idées pour utiliser une légumineuse sous différentes formes : parfois on n'aime pas les lentilles en salade mais on adore les lentilles dans les cookies!

Utilité pour équilibrer quand on est végétarien ou pour certaine pathologie (diabète par ex.)

Ce qu'on a préféré

- La préparation de cookies et leur dégustation
- Les jeux qu'on a animé le mardi
- La distribution des cookies (et les remarques après dégustation que les élèves nous ont fait)
- L'atelier avec Réseau Marguerite (inventer le rôle, le jeu des chaises...)