

# BROCHETTES EN TREMPETTE FESTIVE

 25 portions de 5 brochettes et 15 ml (1 c. à soupe) de trempette

 1,30 \$ par portion (calculé en 2018)

 Préparation : 30 minutes  
Durée de l'activité : 60 minutes



## INGRÉDIENTS

	Quantité	
	Par enfant	Par groupe de 25 enfants
<b>Brochettes</b>		
Concombre anglais	2 rondelles	50 rondelles
Tomates cerises	4	100
Raisins rouges	4	100
Fromage à pâte ferme (ex. : Cheddar, Mozzarella, Gouda)	1 bâtonnet	25 bâtonnets
Vinaigre balsamique	1 ml (¼ c. à thé)	30 ml (2 c. à soupe)
Basilic, séché	Au goût	
<b>Trempettes</b>		
Yogourt grec nature à 2 % de M.G.	15 ml (1 c. à soupe)	375 ml (1 ½ tasse)
Sirop d'érable	1 ml (¼ c. à thé)	30 ml (2 c. à soupe)
Moutarde à l'ancienne	1 ml (¼ c. à thé)	30 ml (2 c. à soupe)
Sel et poivre	Au goût	

**Conseils d'achats**  
(25 portions)  
Quantité approximative

2 concombres anglais
5 casseaux ou un contenant de 680 g
1 gros sac
1 brique de 450 g
Vinaigre balsamique
Basilic, séché
1 contenant de 500 g
Sirop d'érable
Moutarde à l'ancienne
Sel et poivre

# BROCHETTES EN TREMPETTE FESTIVE

## MATÉRIEL NÉCESSAIRE

Pour l'adulte	Pour chaque enfant	Pour le groupe
1 planche à découper	1 planche à découper	1 ensemble de cuillères à mesurer
1 couteau	1 couteau de table	
3 assiettes	1 petit bol	
	1 petite cuillère	
	5 mini-brochettes en bois	

## PRÉPARATION AVANT L'ACTIVITÉ

- 01 Laver les concombres, les couper en rondelles de 1 cm d'épaisseur, puis les déposer dans une assiette.
- 02 Laver les tomates et les raisins. Déposer les raisins dans une assiette.
- 03 Couper le fromage afin d'obtenir des bâtonnets d'environ 1 cm, puis les déposer dans une assiette.
- 04 Ranger les ingrédients au réfrigérateur.

## VARIANTES

- 01 Varier les fruits et légumes selon les saisons.
- 02 Pour diminuer le nombre de mini-brochettes en bois, demander aux élèves de mettre les rondelles de concombre sur la même brochette et de ne pas en utiliser pour les raisins. Ainsi, seulement 3 mini-brochettes devront être distribuées à chaque enfant.

# BROCHETTES EN TREMPETTE FESTIVE

Rendement : 5 brochettes et  
15 ml (1 c. à soupe) de trempette



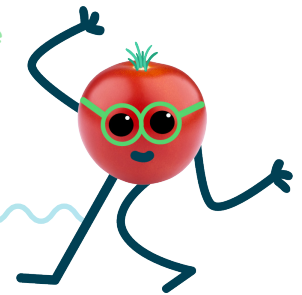
## INGRÉDIENTS

### Brochettes

- 2 rondelles de concombre
- 4 tomates cerises
- 4 raisins rouges
- 1 bâtonnet de fromage
- 1 ml (¼ c. à thé) de vinaigre balsamique
- Basilic séché, au goût

### Trempette festive

- 15 ml (1 c. à soupe) de yogourt grec nature
- 1 ml (¼ c. à thé) de sirop d'érable
- 1 ml (¼ c. à thé) de moutarde à l'ancienne
- Sel et poivre, au goût



## PRÉPARATION PAR L'ENFANT

### Suçons de concombre au fromage

- 01 Avec ton couteau, retire le cœur des 2 rondelles de concombre et mets-les de côté.
- 02 Avec ton couteau, coupe ton bâtonnet de fromage en 4 cubes.
- 03 Enfonce un cube de fromage au centre de chacune des rondelles de concombre. Réserve les 2 cubes restants.
- 04 Pique une mini-brochette dans chaque rondelle pour maintenir le fromage en place.

### Brochettes de tomates et fromage mariné

- 05 Mesure le vinaigre balsamique et verse-le dans ton bol. Ajoute du basilic séché, selon ton goût, puis mélange.
- 06 Place les 2 cubes de fromage réservés à l'étape 3 dans ton bol et enrobe-les du mélange.
- 07 Sur une brochette, enfile une tomate, un cube de fromage mariné, une autre tomate et un cœur de concombre. Fais une deuxième brochette identique.

### Brochette de cœurs de raisins

- 08 Avec ton couteau, coupe tes raisins en diagonale.
- 09 Maintiens avec tes doigts les deux parties du raisin ensemble et fais tourner un des morceaux pour former un cœur. Selon la forme des raisins, le résultat peut varier.
- 10 Sur une brochette, enfile tes cœurs de raisins.

### Trempette festive

- 11 Mesure le yogourt, le sirop d'érable et la moutarde et dépose-les dans le bol que tu as utilisé pour faire le fromage mariné.
- 12 Ajoute un peu de sel et un peu de poivre, puis mélange.