

VENDREDI 15 AVRIL

➤ **Activité manuelle:**

RECETTE DU RIZ COLORÉ



Voici la recette simplissime de ce riz arc-en-ciel multi-activités.



Ingredients :

- du riz blanc, vous vous en seriez douté ! (le 1er prix c'est bien),
- des colorants alimentaires bien sûr (ici j'ai utilisé les colorants liquides qu'on trouve au rayon aide à la pâtisserie du supermarché),
- du vinaigre ou de l'alcool ménager (j'ai pris le vinaigre blanc dit « cristal »),
- du papier sulfurisé (pour mettre le riz à sécher dessus),
- des sachets congélation (pour mélanger le riz et les couleurs).

Ensuite c'est plutôt facile :

- Mélanger dans un verre un fond de vinaigre cristal (30ml pour 250g de riz environ) avec un peu de colorant (laisser parler vos envies de couleurs en mélangeant à votre guise),
- Mettre une partie du riz blanc dans un sachet congélation,



- Verser le petit verre de vinaigre coloré sur le riz,



- Refermer le sachet (avec un lien ou le zip prévu) et mélanger en malaxant bien,



- Lorsque le riz est bien coloré (attention aux petits grains blancs qui se cachent au milieu) l'étaler sur une feuille de papier sulfurisé posée sur une plaque pour qu'il sèche. S'il fait chaud on peut le laisser à l'air libre. Comme nous avons fait ça en hiver et que nous étions impatients, j'ai mis le riz sur une plaque qui passe au four et je l'ai laissé 10 minutes à 50°C. Attention en ouvrant le four, le vinaigre qui chauffe ça pique le nez et les yeux !



Et c'est prêt ! Il n'y a plus qu'à recommencer autant de fois que l'on veut de couleurs différentes.

Nous avons fait de petites quantités, le but étant de faire de petites activités de transvasements et de loisirs créatifs en intérieur. Je l'ai stocké dans de petites boîtes plastique et il se conserve très bien (plusieurs mois, on peut même compter en année.



A prévoir aussi : des boîtes et/ou plateaux avec des rebords conséquents et surtout un balai et sa petite pelle ;)



➤ Recette :

Pour 4 personnes

Mousse au Speculoos et aux fraises

- 1 Séparez les blancs des jaunes d'œufs.

6 œufs
- 2 Dans un saladier, mélangez les jaunes d'œufs, le mascarpone, le sucre, et les speculoos écrasés en petits morceaux.

6 jaunes d'œufs

500g de mascarpone

2 c. à s de sucre






1 paquet de speculoos écrasé
- 3 Montez les blancs d'œufs en neige, puis incorporez-les délicatement au mélange. Mettez le tout au frais pendant au moins 3h.
- 4 Coupez les fraises en deux dans la longueur. Servez la mousse dans des verrines et ajoutez les fraises et petits morceaux de speculoos.




1 barquette de fraises

www.c-monetiquette.fr

➤ Conte :



Beau temps, mauvais temps

Petite pluie ou gros orage, j'adore sortir avec mon  .
Après notre promenade, papa et moi buvons du lait épiché.
Reinette, la jolie grenouille, aimerait aussi avoir un  .
Ainsi, elle sortirait sous la pluie sans se faire mouiller.
Papa dit que les grenouilles n'ont pas besoin de  .
La petite Reinette n'est pas d'accord, car elle déteste être trempée.
Un jour, je fabriquerai, juste pour elle, un beau  .
Il sera si petit qu'au fond de ma grande poche, je le cacherai.
Et ensemble, nous irons nous balader, bien à l'abri sous nos  .

Pour éviter les grands coups de soleil, j'ouvre mon  .
Au-dessus de ma tête, la lumière m'inonde sans me toucher.
Rina, la chienne de mon voisin, refuse ma jolie cachette dorée.
Avant, elle aimait boire avec moi du jus de fruits sous le  .
Sucré et savoureux, ce nectar délicieux lui donnait envie de fêter.
Obligée de rester chez elle, elle est, car aujourd'hui ses bébés sont arrivés.
Les chiots et Rina viendront un autre jour jouer sous mon  .

Beau temps, mauvais temps, il faut toujours se protéger !

Louise Tondreau-Levert
Site Web : www3.sympatico.ca/levert.g

 = parapluie(s)  = parasol

? Quelles drôles de petites bêtes rencontres-tu quand il fait beau?
Et quand il pleut?

ACTIVITÉ COMPLÉMENTAIRE

Feuilleter le catalogue d'un grand magasin avec votre enfant et lui demander d'identifier les vêtements et les accessoires qu'il pourrait utiliser pour se protéger du soleil et de la pluie.

À RETENIR

- Ce jeu exerce votre enfant à classer en tenant compte de plus d'une caractéristique (ex.: un manteau pour la pluie, un chapeau pour le soleil).



➤ Petits jeux

La marche des animaux

Que vous soyez à l'intérieur ou à l'extérieur, encouragez l'enfant à ramper comme un serpent, à sauter comme une grenouille, à galoper comme un cheval ou à marcher à quatre pattes comme un ours.

Habilités : bondir, galoper

Garder le ballon dans les airs

À l'extérieur, par une journée calme et sans vent, ou à l'intérieur, demandez aux enfants de garder un ballon constamment dans les airs en le frappant avec leurs mains ou avec une nouille de piscine coupée en deux. Combien de temps parviendront-ils à garder le ballon dans les airs?

Habilités : frapper à la volée, frapper

Sauter dans la mare

Cette activité se pratique de préférence à l'extérieur, dans ce que notre enfant de deux ans appelle de l'« eau au chocolat ». Faites revêtir aux petits leur ensemble le plus imperméable et laissez-les sauter dans les trous d'eau et par-dessus ceux-ci.

Habilités : sauter

Dessiner avec une éponge

Par une journée chaude d'été, sortez des éponges et remplissez un contenant d'eau. Les enfants y mouillent leur éponge et s'en servent pour dessiner sur un mur ou sur une surface en béton. Ils peuvent également « faire de la peinture » sur les murs à l'intérieur selon le même principe.

Habilité : lancer

La chasse au trésor

Les enfants adorent creuser dans le sable pour trouver des trésors. Dehors ou à l'intérieur, cachez dans un bac à sable ou un contenant rempli de sable des petits jouets comme des dinosaures en plastique, des voitures ou des billes et laissez votre petit pirate partir à la recherche de son butin!

Habilités : soulever, déposer et manipuler des objets

Se cacher du méchant monstre

Les enfants adorent les jeux de poursuite, plus particulièrement lorsque le poursuivant est un parent ou un adulte en qui ils ont confiance. Ils crieront d'excitation en fuyant le « méchant » monstre!

Habilités : courir, esquiver, agilité

Jean dit

Les règles sont simples et les possibilités de mouvement infinies. Jean peut demander aux enfants de sauter comme un kangourou, de se tenir droit comme une maison, de faire des grimaces, de se tenir sur un pied ou de bouger leurs mains au-dessus de leur tête.

Habilités : multiples selon ce que le meneur du jeu décide (sauter, se tenir en équilibre, bondir, etc.)

Avions de papier

Il est facile de fabriquer des avions de papier à la maison. À l'intérieur ou à l'extérieur, faites voler vos avions pour voir quelle hauteur ils atteindront et jusqu'où ils iront ou encore demandez à vos enfants de les lancer à travers un autre objet, comme un cerceau.

Habilité : lancer

Attention aux requins!

Recouvrez le plancher de votre salon (l'océan infesté de requins) de tuiles de mousse ou de serviettes (que vous collerez avec du ruban à masquer). Votre enfant doit sauter d'une tuile ou d'une serviette à l'autre sans se faire mordre par les requins.

Habilités : sauter

BONNE SEMAINE A TOUS...

A LA SEMAINE PROCHAINE!