

FICHE ENSEIGNANT

LA CUISINE AUX ALGUES

EN UN CLIN D'OEIL

THÈME	la cuisine
DURÉE	120 minutes
NIVEAU	B1
MÉTIERS VISÉS	chef cuisinier, diététicien
PRÉREQUIS	connaissances en nutrition, en chimie et en cuisine
SUPPORTS UTILISÉS	<p>une fiche apprenant accès à internet site internet pour le document audio: https://www.francebleu.fr/emissions/c-est-bon-savoir/roussillon/comment-utiliser-les-algues-dans-l-alimentation site internet pour l'article: https://www.francebleu.fr/emissions/c-est-bon-savoir/roussillon/comment-utiliser-les-algues-dans-l-alimentation site internet pour l'article du monde: http://www.lemonde.fr/dans-l-assiette/article/2015/10/29/l-algue-dans-nos-assiettes_4799065_4575442.html</p>
OBJECTIF GÉNÉRAL	comprendre le potentiel gastronomique et diététique des algues
OBJECTIF CULTUREL	découverte des utilisations possibles des algues en gastronomie
OBJECTIF LEXICAL	les différentes algues consommables et leurs propriétés
TÂCHE FINALE	En groupes, les apprenants réalisent une recette qui contient des algues.

DÉTAIL DE LA SÉQUENCE

ÉTAPE	DURÉE	SUPPORTS	DESCRIPTION DE L'ACTIVITÉ
Découverte du thème	20 min	document audio, fiche apprenant	Activité 1 1.1. Les apprenants écoutent le document audio puis répondent aux questions de découverte 1.2. Les apprenant réécoutent le document audio puis répondent "vrai" ou "faux" aux questions.
Compréhension du document	15 min	article de journal, fiche apprenant	Activité 2 1.1. Avant de lire l'article, les apprenants répondent aux questions autour du texte. 1.2. Les apprenants lisent l'article de journal puis répondent "vrai" ou "faux" aux questions.
Conceptualisation et systématisation (vocabulaire)	30 min	article de journal, internet, fiche apprenant	Activité 3 Activité 3.1. Les apprenants relisent l'article et donnent les informations demandées. Activité 3.2. Les apprenants font des recherches sur internet concernant les propriétés des algues. Activité 3.3. Les apprenants complètent le texte.
Conceptualisation et systématisation (point de langue)	15 min	fiche apprenant	Activité 4 Les apprenants lisent le point langue sur l'article partitif employé pour exprimer une quantité indénombrable puis réalisent l'activité.
Réemploi	40 min	fiche apprenant, accès à internet	Activité 5 En groupes, les apprenants réalisent une recette qui contient des algues et la présentent devant leurs camarades.
REMARQUES	Pour l'activité de réemploi, nous privilégions les algues qui ont déjà été vues dans le cours, mais il est aussi possible d'en utiliser d'autres.		

ACTIVITE 1 DECOUVERTE DU THEME

1.1. Ecoutez l'enregistrement puis répondez aux questions.

a. Quel est le titre de cette interview ?

Comment utiliser les algues dans l'alimentation

b. Quels points sont abordés dans le document audio?

- Les algues que l'on peut consommer
- La manière dont on ramasse ces algues
- Les propriétés alimentaires de ces algues
- des idées de recette
- les restaurants où l'on peut trouver ces algues
- La façon dont on peut consommer les algues
- L'élimination des métaux lourds par les algues

1.2. Vrai ou faux? Répondez aux questions suivantes:

a. Les algues comme la dulse, la wakame ou la nori peuvent être consommées.

- vrai faux

b. En général, les algues sont riches en protéines, en minéraux, oligo-éléments et vitamines.

- vrai faux

c. La chlorella est une algue que l'on peut cuisiner.

- vrai faux

d. La chlorella est très efficace pour éliminer le plomb de l'organisme.

- vrai faux

e. La chlorella est très efficace pour éliminer le mercure.

- vrai faux

ACTIVITE 2 COMPREHENSION GLOBALE

2.1. Avant de commencer la lecture de l'article, répondez aux questions suivantes:

a. Dans quelle rubrique est classé cet article?

Dans la rubrique "Gastronomie".

b. Que voyez-vous sur les quatre images qui illustrent l'article?

Deux images représentent des salades, une image représente des algues et une image représente des sushis.

c. D'après les images que vous voyez, comment se mangent les algues?

Elles se mangent en crudités ou sèches, pour envelopper des aliments, ainsi que c'est le cas pour les sushis.

d. De quel pays semblent provenir surtout les plats aux algues qui sont présentés ici?

Du Japon.

2.2. Lisez l'article de journal et répondez aux questions suivantes:

a. La consommation d'algues peut être une façon de nourrir une population humaine de plus en plus importante.

vrai faux

b. Certaines populations consomment des algues depuis des siècles

vrai faux

c. 145 algues différentes sont consommées en France.

vrai faux

d. Les algues échappent à la pollution marine.

vrai faux

e. Les Français consomment 1500 tonnes d'algues par an alors que les Japonais en consomment deux millions.

vrai faux

f. La nori est l'algue la plus consommée au monde.

vrai faux

g. Les algues comestibles sont cultivées uniquement en Asie.

vrai faux

h. Les algues peuvent aussi permettre d'améliorer le goût du poulet.

vrai faux

ACTIVITE 3 COMPREHENSION DETAILLEE

3.1. Relisez le texte puis donnez les informations suivantes:

a. Pourquoi peut-on envisager que les algues deviennent un aliment de consommation de masse chez les populations européennes, contrairement aux insectes ?

Les algues ne rebutent pas le consommateur occidental par leur aspect, comme c'est le cas pour les insectes.

3.2. Allez sur internet et retrouvez les spécificités des algues mentionnées dans l'article:

Nom de l'algue	catégorie	particularités nutritives	utilisations culinaires
wakamé	algue brune	vitamine B, vitamine C, sodium, fer et potassium	potages, tourtes et salades
kombu	algue brune	calcium, potassium, sodium, iode	légumineuses
haricot de mer	algue brune	minéraux et vitamines (vitamine C)	légumes, poissons et tourtes
fucus	algue brune	iode, cuivre, zinc, calcium, magnésium, potassium, sodium, fer	infusions
dulce	algue rouge	magnésium, phosphore, iode, fer, vitamines A, B et C	salades, crudités, sauces, potages et vinaigrettes
nori	algue rouge	phosphore, provitamine A, fer, vitamine B12	caviar, omelettes, béchamels et sauces
laitue de mer	algue verte	calcium, fer, magnésium, vitamines A et 6	salades, crudités, potages, vinaigrettes
spiruline	micro-algue	protéines, fer, bêta-carotène, vitamines, minéraux	salades, yahourts ou pâtes

3.3. Complétez les éléments suivants avec les nombres et les unités tirés du texte:

- b.1. La terre compte **9 milliards** d'êtres humains.
- b.2. **2 millions de tonnes** d'algues sont consommées par les Japonais.
- b.3. **90%** des algues proviennent de la culture d'algues.
- b.4. **60%** des algues produites sont utilisées dans la pharmacopée, la cosmétologie ou les engrais.
- b.5. **100 000 espèces** d'algues se trouvent dans les océans et les rivières.
- b.6. **80 000 tonnes** d'algues sont récoltées en Bretagne.
- b.7. **1500 tonnes** d'algues sont consommées par les Français chaque année.

ACTIVITE 4 CONCEPTUALISATION ET SYSTEMATISATION D'UN POINT

LANGUE

4.1. Lisez le point langue suivant:

RAPPEL

Les articles partitifs qui déterminent une quantité indénombrable.

Devant un nom masculin singulier qui commence par une consonne	du - de - d'
Devant un nom masculin singulier commençant par une voyelle	de l' - d'
Devant un nom féminin singulier qui commence par une consonne	de la - de - d'
Devant un nom féminin singulier qui commence par une voyelle	de l' - d'
Devant un nom masculin ou féminin pluriel	des

L'article partitif devient généralement **de** ou **d'** avec un verbe à la forme négative.

Exemple: Certaines personnes ne consomment **pas** d'algues.

Certains adverbes de quantité peuvent apporter une précision: *assez, autant, beaucoup, davantage, moins, plus, peu, et un peu*. Dans ce cas-là, on utilise la préposition **de** ou **d'** entre l'adverbe de quantité et le nom concerné.

Exemple: Peu **d'**algues sont utilisées en France dans l'alimentation.

4.2. Regardez les photos et dites selon vous ce que contient chacun des plats suivants?
Répondez oralement en utilisant des articles partitifs ou des adverbes de quantité:



ACTIVITE 5 REEMPLOI

A partir de vos propres connaissances, des informations que vous avez pu apprendre dans ce cours, et en vous servant d'internet, imaginez en petits groupes un plat qui contient une ou plusieurs des algues présentées dans ce cours. Expliquez ce que ce plat contiendrait en utilisant des partitifs et des adverbes de quantité. Ensuite, vous la présenterez en groupes pendant deux ou trois minutes.