

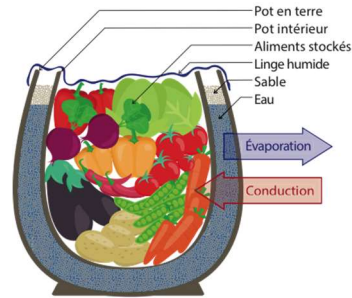
Fiche du jeu "Le garde manger"

Objectif : Découverte de la diversité des méthodes de conservation des aliments du fonctionnement d'un garde manger

Contenu : déroulé du jeu et connaissances à transmettre

<p>1- Un garde mangé c'est quoi ? Un garde-manger est un meuble permettant de mieux conserver les fruits et légumes en leur offrant des ambiances de conservation adaptées à leurs besoins, le tout sans consommer d'électricité !</p> <p>Comment est-ce que ça fonctionne ? Le garde-manger a plusieurs avantages :</p> <ul style="list-style-type: none">● Il permet de mieux conserver ses légumes et fruits en fonction de leurs besoins et caractéristiques.● Il rend visibles les aliments et permet de mieux maîtriser la quantité de denrées achetées et leur conservation.● Il est possible d'y conserver à l'abri des insectes d'autres aliments (fromage, charcuterie, gâteau).● Il permet de conserver la plupart de ses fruits et légumes sans électricité et ainsi, par exemple, de réduire la taille de son frigo voire de s'en passer complètement. <p>Conserver ne veut pas dire faire du froid mais conserver la qualité nutritionnelle, gustative des aliments. A ce titre, plusieurs ambiances de conservation sont intéressantes à retenir pour une solution de meuble de conservation. De manière générale, pour toutes les ambiances de conservation courte, la proposition technique de base la plus intéressante selon notre expérience est le tiroir à claies. C'est une solution technique qui s'intègre facilement dans une cuisine, permet une visibilité directe sur tout ce qu'il contient et qui rend l'accès facile à tous les aliments en opposition à un placard ou un réfrigérateur. L'usage du principe de claies permet une bonne aération, paramètre très important pour la bonne conservation des fruits et légumes. Il peut être réalisé par l'usage de latte de bois (de 2 cm à 3 cm de large) ou l'usage de grillage à garde-manger. Sur l'ensemble du meuble de conservation, une lame d'air de 3 à 4 cm est à intégrer sur toute la face arrière pour que l'air « vicié » (c-a-d, l'air "pollué") et l'humidité ne stagnent pas au fond au risque de faire pourrir plus rapidement les aliments.</p> <p>Quels sont les différents compartiments et leurs caractéristiques ?</p> <ul style="list-style-type: none">- <u>Sec, Aéré, à la lumière de la pièce :</u>	2 min
---	-------

- **Sec, Aéré, Sombre :** L'ambiance noire évite la germination des tubercules, racines et limite la maturation de certains fruits. Tapissées d'un tissu tel que toile de lin ou jute pour créer à la fois le noir et assurer la ventilation.
- **Frais, humide et sombre :** Pour un habitat existant, cette ambiance est la plus difficile à créer **dans un habitat existant** cependant est très intéressante car peut permettre l'arrêt du réfrigérateur une partie de l'année. Sur de l'existant, Il est possible, en intérieur, de s'inspirer du frigo du désert ou « zeer pot ». Il s'agit d'une poterie imbriquée dans une seconde poterie. Entre les 2 deux, du sable est ajouté. Les aliments sont placés dans la poterie du milieu et le sable est régulièrement humidifié. Par effet d'évapo-transpiration, la température intérieure peut descendre de 5 à 10°C par rapport à la température ambiante.
Pour un habitat neuf, **-Dans le cas d'un habitat neuf**, il est possible d'imaginer, à l'instar des anciens garde-manger parisiens, des caissons donnant sur l'extérieur, au Nord, via une fenêtre dédiée à cet usage. (Ou dans une cloison non-isolée à cet endroit)
- **Sombre et assez froid :** Cette ambiance est réalisée grâce au réfrigérateur. L'idée est de travailler à réduire la taille de celui-ci pour ne garder à l'intérieur que le reste de repas, crèmerie, viande, poisson et boisson fraîche. En autre effet positif, la diminution de la taille du réfrigérateur agit directement sur la réduction de la consommation électrique.
- **Dans l'eau :**



2- Place au jeu !

> **Matériel :** Plateau de jeu / cartes / dé / fiche "maître du jeu" (règle + tableau de point)

> **Consigne :**

- Désigner un maître du jeu
- Tous les joueurs commencent sur leur case départ.
- A tour de rôle lancer le dé et avancer sur le plateau.
- Si tu tombes sur
 - une **case ?** : le maître du jeu pioche une "carte quizz" et pose la question.
 - une **case !** : le maître du jeu pioche une "carte événement" et lis la carte
 - une **case aliment** : l'équipe doit piocher une "carte aliment" et la placer dans le garde manger
- Le maître jeu gère les points :
 - +1 pts à chaque bonne réponse
 - +2 pts à chaque passage passage sur la case départ

18 min

(3 min)

<ul style="list-style-type: none"> • Le temps de jeu est modulable (environ 15-20 min) • Nombre de joueurs : de 2 à 16 personnes <p>>Conclusion :</p>	5 min
--	-------

Cartes Aliment :

Oeuf, beurre, abricot, aubergine, avocat, banane, agrumes, tomates	Sec, Aéré, à la lumière de la pièce
Pommes de terres, oignons, ail, courges, noix,	Sec, Aéré, Sombre
Artichaut, concombre, haricot, beurre à la mi-saison, Carottes, betteraves, navets, panais, radis noirs, cerfeuil tubéreux, céleris-raves	Frais, humide et sombre
	Sombre et Froid
	Dans l'eau