

# Pain aux herbes

## Objectif

Cuisiner

## Durée

Environ 3 heures

## Courte description

Les enfants préparent la pâte selon la recette (voir annexe) avec l'éducateur/trice.

Lors d'une promenade, ils essayent de trouver une branche/ un bâton qui convient. Les branches du noisetier sont particulièrement adaptées, car elles sont relativement droites. L'enfant ou l'éducateur/trice enlève l'écorce de la partie supérieure de la branche à l'aide d'un couteau sur une longueur d'environ 30 cm (les mouvements de coupe se font toujours en s'éloignant du corps !).

Après avoir allumé un feu à un endroit sécurisé, le groupe attend qu'il n'en reste plus que les braises. Dès lors, les enfants forment un boudin à partir de leur boule de pâte, qu'ils enroulent autour du bout de leur bâton. Ils appuient fermement pour bien le fixer avant de faire cuire leur pain dans les braises en veillant à le retourner régulièrement.


## Attention

Il ne faut pas faire cuire le pain aux herbes dans les flammes ! Le pain est cuit lorsqu'il laisse facilement se retirer du bâton.



## Matériel

Bois pour le feu, sécateur, couteau (p.ex. canifs pour enfants de la marque OPINEL), les ingrédients et la recette pour la pâte (voir annexe).



# Faire du pain aux herbes

**400 g farine**

**1 pqt de levure sèche (ou 0,5 cube de levure fraîche)**

**2 c. à café de sel**

**½ cuillère à café de sucre**

**3 cuillères à soupe d'huile d'olive**

**un peu de farine pour la pâte**

**Herbes aromatiques au choix (romarin, thym, origan, etc.)**

***Vous pouvez également ajouter des petits cubes de lard, des tomates séchées,  
des olives hachées, etc.***

- Mélangez la farine, la levure sèche, le sel et le sucre dans un bol. Ajoutez à la pâte de l'huile d'olive et 230 ml d'eau tiède.
- Ajoutez des herbes aromatiques ou d'autres ingrédients (voir options ci-dessus).
- Pétrir pour obtenir une pâte lisse.
- Couvrez la pâte et laissez-la reposer pendant environ 30 minutes.
- Pétrissez la pâte sur un plan de travail légèrement fariné et divisez-la en 8 portions.