

Activité « cuisine » pour la Fête des mères, pour les enfants entre 3 et 24 mois



Voici un petit atelier culinaire afin de préparer un petit présent à offrir à Maman pour sa fête, dimanche 10 mai...

Je vous propose de réaliser un petit pot (ou plusieurs, pourquoi pas !) de sel aromatisé. Pour cela vous aurez besoin de :

- Un bol pour mélanger la préparation (éventuellement un mortier si vous en avez un)
- Une cuillère
- Un contenant avec couvercle (petit pot en verre, bocal)
- De sel, si possible non raffiné (fleur de sel, gros sel), environs 70 g par pot
- De condiment, selon ce que vous avez chez vous, environs 30 g par pot.

Voici quelques exemples :

- Herbes aromatiques séchées : persil, ciboulette, romarin, thym, basilic, aneth, livèche, ail des ours, céleri ... (préalablement séché au four 30-40 minutes à 100°)
- Zestes de citron (préalablement séché au four 10-15 minutes à 150°)
- Épices : curry, piment d'Espelette, poivre, grains de coriandre, ...
- Sésame (préalablement grillé à sec dans une poêle 2-3 min)

Vous pouvez évidemment en inventer d'autres. Il est conseillé que le condiment soit en poudre ou mixé finement.

La recette est très simple et réalisable même par un jeune enfant, dès qu'il sait tenir sa cuillère. Il suffit de mélanger le sel et le condiment, puis de transvaser le tout dans le contenant et de fermer le couvercle. Il est également possible de customiser le bocal en le décorant à l'aide d'un petit dessin, d'un ruban ou autre. Evidemment, l'aide et la supervision d'un adulte reste indispensable.

L'activité de mélange et de transvasage est une étape importante du développement du bébé, qu'il apprécie généralement beaucoup. De plus, elle sollicite une multitude de ses compétences, telles que la concentration, la motricité fine, la coordination et la cognition.

Bonne fête Maman !

