



## Fiche technique

### LE PETIT MITRON

**L'atelier permet aux enfants de façonner un petit pain aux graines qui sera cuit au four à bois. Pas de fabrication d'huile au Moulin.**

#### MATERIEL

- Pâte à pain (boulangier)
- Corne (pour faire les pâtons)
- Balance
- Farine et bols en verre
- Plaques pour cuisson (Une plaque tient 12 petits pains)
- 3 sortes de pains déjà cuit pour la dégustation (boulangier)
- Farine, sel, eau, levain pour démonstration pâte à pain
- Graines : Lin, tournesol, noix, sésame, pavot...
- Scarificateurs pour la « grigne »
- Tabliers / calots numérotés
- Carafe, gobelets et sirop de myrtille
- Dépliants + sachets kraft.
- Les 3 moulins e démonstration

#### Ingrédients pâte à pain

500g de farine  
40 cl d'eau  
9g de sel  
25g de levain ou 2 cuillères à café de levure



## Fiche technique

### LE PETIT MITRON

## DEROULEMENT

**Lavage des mains avant le début de l'animation.**

### **Présentation du four à pain (10 mn)**

- A quoi ça sert et comment ça marche ?
- Présentation des garolles

### **Réalisation des petits pains (40 mn)**

- Les tabliers et les calots numérotés sont disposés sur les tables (à faire avant l'atelier)
- Chacun fera un petit pâton, ajout graines
- Les pains sont mis sur les plaques en respectant la numérotation des chapeaux
- Enlever les tabliers, faire laver les mains
- Laisser lever la pâte au moins 30 mn (pendant ce temps : démonstration de fabrication de la pâte à pain, et visite du moulin à huile).

### **Découverte des céréales (30 mn)**

- Présentation des différentes céréales. Interroger les enfants sur celles qu'ils connaissent
- Découverte de la transformation de la farine d'hier à aujourd'hui.
- Les enfants testent à leur tour

### **Enfournage des petits pains (5 mn)**

Avant, les enfants font la grigne (signature sur les petits pains).

### **Cuisson des pains (10 mn)**

- Présentation des ingrédients et fabrication d'une pâte à pain
- Dégustation de pains du boulanger et des huiles avec sirop de myrtille

### **Récupération des petits pains (10 mn)**

- On sort les petits pains du four, chacun retrouve le sien
- On les laisse refroidir un moment puis on les met dans les petits sacs kraft

Chacun repart avec 1 petit pain + 1 dépliant