

## Donner une recette : le gratin de plantain

### Activité 1 : Découvrir – les ingrédients de la recette

Cochez la bonne réponse.

1. Par rapport à la banane dessert, la banane plantain est généralement :



- plus petite et plus sucrée.
- plus grosse et moins sucrée.

2. La banane plantain est un fruit qui se consomme :



- cru et bien mûr.
- cuit comme un légume.

3. Le gombo est une plante dont on consomme :



- les fleurs.
- les fruits.

4. Le gombo peut être consommé :



- cru ou cuit comme légume.
- uniquement comme condiment.

### Activité 2 : Écouter - présenter les faits essentiels

Écoutez l'extrait en entier. Cochez la ou les bonne(s) réponse(s).

1. D'abord, la cheffe Anto Cocagne :

- explique l'origine du plat.
- donne la liste des ingrédients.

2. La cheffe parle ensuite :

(2 réponses)

- des ustensiles nécessaires pour la cuisson.
- des étapes de la recette.
- du temps de cuisson.
- de l'accompagnement du gratin.

**Activité 3 : Écouter - Les ingrédients pour le gratin de plantain**

Écoutez l'extrait du début jusqu'à 0'24. Cochez les bonnes réponses.

Quels sont les ingrédients pour préparer le gratin de plantain ?

(5 réponses)

- 4 bananes plantain mûres
- 3 bananes plantain pas trop mûres
- 3 oignons
- 2 pommes de terre
- du gombo sec
- du sel, du poivre
- du manioc
- de la moutarde de Dijon
- de la moutarde africaine

**Activité 4 : Vocabulaire - les gestes à effectuer pour préparer le gratin de plantain**

Écoutez l'extrait de 0'23 jusqu'à la fin. Sélectionnez la bonne réponse.

Quels mots entendez-vous ?

Vous **pelez / épluchez** vos légumes, vous **émincez / coupez** vos oignons, vous coupez les bananes en lamelles. Il faut faire **cuire / sauter** dans un peu de matière grasse les bananes et les oignons jusqu'à avoir un peu de coloration. Et après, on **ajoute / remet**, dans les oignons, le thym, le gombo sec, le netetou, le sel, le poivre. On **couvre / ferme** à peu près trois minutes pour faire compoter. Et après dans un plat ou dans... quelle que soit la taille, on fait **empiler / superposer** les lamelles des bananes plantain cuites et les lamelles d'oignons, on met un peu de gari par-dessus, donc qui est du manioc en flocon, et on fait **gratiner / cuire au four** et c'est prêt.

**Activité 5 : Après l'écoute**

Cochez la bonne réponse.

Qu'est-ce qu'un gratin ?

- C'est une préparation qui est cuite au four après avoir été saupoudrée de chapelure ou de fromage râpé.
- C'est une cuisson longue à basse température à la vapeur pour obtenir une préparation crémeuse.