

Les descendants du ciel



Légende Wendat



Soupe sagamité : test de goût

Type d'activité:

Cuisine et concoction

À faire:

En groupe

Durée:

60 minutes

Soupe sagamité : test de goût

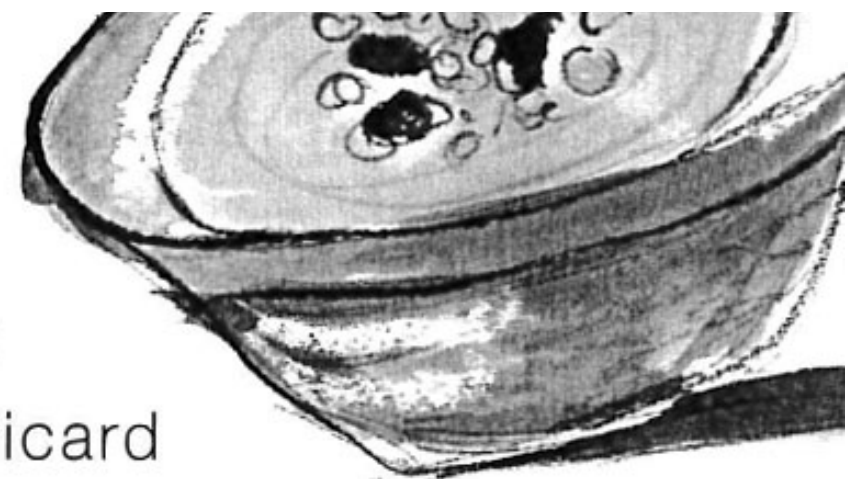
Matériaux	Aliments pour la soupe, bol, cuillères, louche
Objectifs	Apprendre à cuisiner la sagamité Voir la roue des % de l'alimentation autrefois. Végétariens, la viande 5% en cas de survie Peuple sédentaire vivant de l'horticulture et non de l'agriculture
Vocabulaire plastique / technique	Couper, mélanger
Amorce	Présentation des sortes de graines. Associer les images avec le fruit (légume) sur l'affiche Ce sont 3 fruits et non des légumes
Description de l'activité	Dégustation de la sagamité (recette de Sagard)
Réinvestissement cursus scolaire	Sciences : faire pousser les 3 graines. (expérience dans le jardin de l'école) Apprendre la chanson du Festin Danse des femmes (les plantations) lors du Festin
Notion culturelle autochtone	Vocabulaire : ÖNENHA' (maïs) ; YASHE'TA' (courge) ; OYARE'SA' (fève/ haricot) La morale de cette histoire : L'entraide des trois sœurs. Pourquoi les 3 fruits poussent ensemble ? Mythe cosmologique et sociologique : Lien avec la légende d'où pousse de la tête - la courge ; des doigts et des pieds - le haricot et du cœur - le maïs

Soupe sagamité : test de goût

Activité

Avoir les 3 soeurs que les enfants observent et touchent - Préparer les ingrédients avec les enfants - Goûter la recette avec les enfants - Cuisson au feu de bois ou cuisine

SAGAMITÉ



Soupe traditionnelle wendat
Recette de messieurs René W. Picard
Apport de monsieur Karic Gros-Louis



Temps de préparation
20 minutes



Temps de cuisson
3 heures



Nombre de portions
Environ 20

Ingrédients

4 livres (1,8 kg)	de viande d'original en cubes
4 boîtes de conserve de 284 ml	de bouillon de bœuf
4 boîtes de conserve de 458 ml	de maïs lessivé doré
4 boîtes de conserve de 540 ml	de fèves rouges
4	courgettes coupées en dés
2 sachets	de soupe à l'oignon déshydraté
20 tasses (5 litres)	d'eau

Péparation

1. Couper en dés les cubes d'original pour les rendre plus petits.
2. Dans un très grand chaudron, ajouter le contenu des 4 cannes de bouillon de bœuf ainsi que les cubes d'original. À feu moyen, porter à ébullition et laisser ainsi bouillir la viande jusqu'à ce qu'elle soit tendre.
3. Ajouter tous les autres ingrédients en débutant par les sachets de soupe à l'oignon en s'assurant de bien brasser entre l'ajout des ingrédients. Terminer par l'eau, porter à ébullition, bien brasser, couvrir et cuire à feu doux.
4. Laisser mijoter pendant 3 heures.

Apport de monsieur Karic Gros-Louis