

La distribution de la graisse



Légende Anishinaabe



Cuisiner une banique

Type d'activité:

Cuisine et concoction

À faire:

En groupe

Durée:

30 minutes

Cuisiner une banique

Objectifs

Découvrir l'utilité de l'ours chez la nation Anishinabe, transmission des savoirs

Amorce

Le toucher d'une peau d'ours, dents, griffes

Description de l'activité

Invitation d'un aîné à parler et faire une démonstration de l'utilité de l'ours Apprentissage simultané avec les jeunes à fabriquer une pommade à base de graisse d'ours et de plantes

Notion culturelle autochtone

Vocabulaire : MAKWA (ours) La morale de cette histoire : apprécier ce que l'animal peut nous donner pour notre survie Au niveau cosmologique :

Cuisiner une banique

Préparation: 5-10 minutes

Cuisson variable au feu: 5 minutes

Ingrédients

- Entre 2-3 tasse de farine tout usage;
- Environ 2 c. soupe de poudre à pâte;
- Environ 1/2 c. thé de sel;
- Entre 200 ml et 300 ml d'eau;
- Un peu de sucre au goût

Préparation

- Préparer un bon feu avec de bonnes braises
- Mélanger les ingrédients secs
 - NE PAS verser l'eau au complet. Tranquillement en verser et mélanger au fur et à mesure.
- La pâte doit avoir une consistance élastique et être facile à mettre sur un bâton
- Faire cuire sur le feu sur un bâton ou une roche.
- Il est aussi possible de la faire cuire sur le poêle ou dans le four

Crédit: Molly Mowatt