

La fraîcheur au menu

Les poivrons et les piments



Le saviez-vous? Quand on pense aux agriculteurs de la Nouvelle-Écosse, les poivrons ne sont pas le premier produit agricole qui vient à l'esprit; pourtant, de nombreuses variétés sont cultivées partout dans la province. Les poivrons sont principalement cultivés dans de très grandes serres, dans le sud de l'Ontario, de la Colombie-Britannique et du Québec. On en cultive moins en Nouvelle-Écosse, parce que la saison de croissance y est plus courte et que le climat y est plus frais en raison de la proximité de l'océan.



Au Canada, le poivron pousse le mieux en serre, car la température ainsi que le niveau d'humidité et la luminosité y sont constants. La culture en serre est une forme de culture intensive. En Nouvelle-Écosse, beaucoup d'agriculteurs cultivent aussi des poivrons à l'extérieur pendant les mois d'été.

Il existe de nombreux types de poivrons, chacun étant adapté à différents types de plat. Comme pour la tomate, le poivron fait partie de la catégorie des fruits, car il provient d'une fleur et produit des graines. Dans la cuisine cependant, le poivron est un légume.

Les poivrons ont différentes couleurs et un goût un peu sucré. On les met dans les salades, les sautés et les sauces pour pâtes; ils sont également délicieux crus, en collation.



Les piments, qui font partie de la même famille que les poivrons, sont aussi très prisés. Il existe de nombreuses variétés de piments, comme les piments jalapeno, Tabasco et de Cayenne. Pour la plupart des gens, les piments ont un goût piquant, qui dépend en fait de la variété. Les piments chilis sont présents dans la cuisine de divers pays, comme le Mexique, la Thaïlande et l'Inde.



La fraîcheur au menu

Les poivrons et les piments



Activités : de la maternelle à la 3^e année

ARTS VISUELS – Donner aux élèves les quatre couleurs de poivrons les plus courantes : vert, jaune, orange et rouge. Leur demander ensuite de disposer les poivrons de manière à créer un arc-en-ciel avant de prendre leur collation. Cette activité peut mener à une discussion sur la couleur et la façon dont les personnes voient les différentes couleurs. Les élèves peuvent créer des mandalas à l'aide de morceaux de poivrons et des autres aliments présents. L'enseignant peut ensuite prendre des photos avant que les élèves ne mangent leur nourriture.

SCIENCES – Les enseignants peuvent discuter des poivrons et des piments en tant que choses vivantes. Qu'est-ce qui fait d'un poivron ou d'un piment une chose vivante? Les élèves peuvent dessiner le cycle de vie d'un poivron ou d'un piment, de la graine à la récolte, et découvrir ainsi les différentes étapes de leur croissance et ce dont ils ont besoin pour pousser.

MATHÉMATIQUES – Couper les poivrons en différentes formes – rond, triangle, carré, rectangle, etc. – puis demander aux élèves de nommer ces formes à mesure qu'ils mangent.

FRANÇAIS ARTS LANGAGIERS – Les élèves peuvent utiliser différents mots pour discuter des poivrons et des piments. L'enseignant peut guider les élèves pendant la discussion pour certains aspects comme la couleur, l'odeur, le goût, la sensation, etc., et leur demander de trouver les mots les plus descriptifs possibles pour chaque catégorie. Cette activité peut également se faire par groupes de deux.

ÉDUCATION PHYSIQUE – L'enseignant peut proposer un jeu de chat perché (tag). Pour ce faire, il doit penser à quoi ressemble un poivron qui est coupé. Lorsqu'un élève est touché, il doit s'accroupir par terre pour constituer le « centre » du poivron. Les élèves qui n'ont pas été touchés peuvent permettre à l'élève qui a été touché de reprendre le jeu lorsque cinq d'entre eux encerclent le « cœur » du poivron pour former un poivron entier. Les élèves qui entourent le cœur du poivron ne peuvent pas être touchés et ne peuvent pas quitter l'élève qui a été touché avant que ce dernier soit libéré.

Activités : de la 4^e à la 6^e année

SCIENCES – Les élèves peuvent faire un exercice sonore en discutant des différents sons produits lorsqu'ils mangent les poivrons. L'enseignant peut alors guider la discussion en posant par exemple les questions suivantes : est-ce que chaque couleur de poivron produit le même son? Quel est le son au début et à la fin d'un morceau de poivron qui est mangé? Quel son fait-on lorsqu'on mange la bouche ouverte et la bouche fermée? Faire découvrir aux élèves ce dont a besoin un poivron pour bien pousser, les environnements où les poivrons poussent le mieux, ainsi que la meilleure saison pour cultiver des poivrons.

SCIENCES HUMAINES/ FRANÇAIS – Les poivrons sont présents dans des centaines de plats. Ensemble, les élèves peuvent trouver les différentes façons dont les poivrons sont utilisés, conservés et préparés dans différentes cultures.

