

La cabane à sucre

Mars 2003



TABLE DES MATIÈRES

	Page
Vocabulaire	3
Causerie	3
Les légendes du sirop d'érable	3
Expression artistique	4, 5
Activité de relaxation	5
Éveil sonore et musical	5
Activités culinaires.....	5 à 8
Activités et jeux.....	8
Coins d'activités	8, 9
Chansons et comptines	9, 10
Bibliographie	10

Bon temps des sucres !

Voici quelques activités pour faire connaître les produits de l'érable et cette tradition bien de chez-nous aux enfants



Vocabulaire

- **Acériculteur/acéricultrice** : Personne qui exploite une érablière en vue de produire du sirop d'érable et ses dérivés.
- **Aubier** : Partie tendre d'un arbre située entre l'écorce et le bois dur, dans laquelle circule la sève.
- **Chalumeau** : Petit tuyau rond et légèrement conique que l'on plante dans l'entaille pour canaliser la sève qui s'en écoule.
- **Chlorophylle** : Substance que produisent les arbres à partir de la lumière solaire, qui donne leur couleur verte aux feuilles.
- **Densimètre** : Instrument servant à mesurer l'épaisseur d'un liquide. Il indique la teneur en sucre dans la sève.
- **Disamare** : Samare double, fruit plat et ailé qui contient la graine de l'érable
- **Goutterelle** : Planchette qui, avant l'invention des chalumeaux, servait à canaliser l'eau d'érable de l'entaille jusqu'au sceau. On dit aussi une goudrelle ou une goudrille.
- **Mokuk** : Contenant en écorce de bouleau jadis utilisé par les Amérindiens pour conserver le sucre d'érable.

Causerie

- D'où vient le sirop d'érable?
- Qu'est-ce qu'une cabane à sucre ?
- Qu'est-ce qu'on mange à la cabane à sucre ?
- Comment fait-on du sirop ?
- Quels sont les animaux que l'on peut voir au alentour d'une cabane à sucre ?
- Comment mange-t-on le sirop ?

Les légendes du sirop d'érable

Woksis découvre le sirop

Il y a fort longtemps, par un froid matin, un chef Iroquois du nom de Woksis sortit de sa hutte. Il devait aller à la chasse et comme tous les matins, il retira sa hachette de l'érable dans lequel il l'avait plantée la veille. La lame avait fait une profonde entaille. Woksis ne s'en aperçu pas et parti à la chasse. Un cornet d'écorce étant posé au pied de l'érable. Goutte-à-goutte, il se rempli de sève. Le lendemain, la femme de Woksis s'aperçut que le récipient était plein. Elle s'en servit donc, pensant que c'était de l'eau, pour faire un ragoût de gibier. Le soir venu Woksis, qui rentrait d'une mauvaise chasse se mit à goûter au ragoût que sa femme lui avait préparé. "Mais ce ragoût à un goût sucré dit Woksis." Ne comprenant pas ce que son mari voulait dire, la femme trempa son doigt dans le ragoût. Woksis, avait bien raison. C'est ainsi que l'on découvrit le sirop d'érable.

La flèche dans l'érable

Une autre légende raconte qu'un indien nommé Gros ours était parti à la chasse aux cerfs. En voulant tirer sur le cerf, il rata sa cible et sa flèche s'enfonça dans un érable. Gros ours qui n'avait presque plus de flèche, voulu la récupérer et tira très fort. Il finit par réussir mais en enlevant la flèche, quelle ne fut pas sa surprise de voir de l'eau s'écouler de l'érable. Il vit que ça coulait assez vite et pensa y mettre sa corne d'écorce sous l'arbre. Le lendemain il découvrit que sa corne était pleine. C'est ainsi qu'il découvrit le sirop d'érable.

Les écureuils mangent la sève

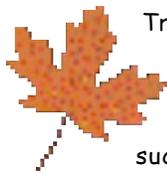


Une autre légende raconte que les indiens avaient aperçu les écureuils lécher la sève sur les branches des érables. Les indiens décidèrent de faire de même et ensuite ils décidèrent de récolter la sève pour rehausser le goût de leurs aliments.

Expression artistique

- Bricoler avec des bâtonnets de bois que l'on utilise pour manger de la tige sur la neige. Faire une belle cabane.
- Fabriquer des jumelles avec des rouleaux de papier de toilette pour la randonnée (observations). Avec deux rouleaux de papier de toilette et de la peinture.
- Sur une surface de styromousse, faites une maquette d'une érablière. Des arbres, un cheval ou un tracteur... Ou à la moderne, avec les tuyaux qui vont directement à la bâtisse qui reçoit l'eau d'érable. Cette activité peut se faire comme un projet où l'on ajoute des éléments selon le sujet qu'on apporte aux enfants.

La feuille d'érable



Tracer des feuilles d'érable sur du papier construction. Faire dessiner un visage, voilà une belle mascotte.

Si vous avez une sortie à la cabane à sucre, écrire le nom de l'enfant, recouvrir de plastique voilà un beau macaron !

Peindre avec du sirop

Matériel : sirop de maïs, colorant alimentaire, assiette de carton épais de couleur blanche ou de ton uni très pâle, marqueur noir, gobelet jetable en carton ou plastique, pinceaux.

Mélanger quelques gouttes de colorant alimentaire à un gobelet rempli de sirop. Répéter l'opération pour chaque couleur désirée. À l'aide du marqueur noir, tracer un dessin sur le fond de l'assiette en carton. Remplir les espaces délimités par les lignes noires avec les différentes couleurs de peinture de sirop. Laisser sécher et accrocher fièrement votre tableau. Bien nettoyer les pinceaux après usage.

Je fais mon épicerie

À l'aide des circulaires d'épicerie, faites un montage des différents produits de l'érable.

Un érable

Prendre un rouleau de papier de toilette, le faire peindre par l'enfant. (Un par enfant). Rouler une feuille de papier construction brune et la coller autour du rouleau juste en haut à environ 1 pouce de large avant le bord du rouleau. Ensuite, couper le haut du papier en frange comme pour faire friser le papier et il se trouvera à retomber un peu. Faites un petit trou au centre du rouleau et y mettre un bout de cure-pipe pour y insérer un petit "cup" de lait ou de crème.



Un érable (2^e version)

Dessiner un arbre sur une très grande feuille, tous les amis aident pour le colorier. Découper l'arbre et l'installer sur le mur. Coller à l'arbre un verre de plastique en forme de cône. Lorsque les enfants dorment, mettre dans le verre un peu d'eau d'érable. Faire goûter aux enfants, délicieux !

Une érablière

On trempe notre avant-bras et notre main dans la gouache brune cela donne des érables, on peut faire une grande murale avec nos bras étampés, on obtiendra une érablière !

Jeu de mémoire avec les mets de la cabane

Matériel : circulaires, cartons, colle. (2 cartes omelette, 2 cartes crêpes, 2 cartes jambon, etc.)

Découper dans des revues et coller des aliments sur des petits cartons.

Suggestion : faites plastifier pour une plus longue durée. Ensuite, discuter des cartes : ce qui est sucré, salé, sec, ce que j'aime, ce que je n'aime pas, pourquoi, etc.



Activité de relaxation

On s'étire, comme de la tire

Annoncer aux enfants que vous allez jouer à vous étirer comme de la tire d'érable. Commencer debout sur votre matelas. « On s'étire les bras pour toucher aux étoiles. On redevient mou, mou les bras pendants. On s'allonge sur son matelas comme on étend de la tire sur la neige. On étire nos bras et nos jambes le plus loin possible et l'on redevient mou, mou en rabaisant les bras. Ensuite on étire nos doigts, nos orteils, etc. » Faites remarquer aux enfants que leurs bras, leurs jambes sont très mous. Laissez-leur le temps de ressentir leur corps se détendre.



Éveil sonore et musical

Écoutez de la musique folklorique du Québec. Tapez de la cuillère.

Activités culinaires

Dégustation des produits de l'érable

Faites goûter de l'eau d'érable, puis du sirop, de la tire et du sucre. Préparez un repas de cabane à sucre ou du sirop sur neige.

Lait de poule surprise

Ingrédients : une tasse à mesurer, une cuillère à mesurer, une fourchette, 1 banane mûre, 1 œuf, 30 ml de sirop d'érable, 250 ml de lait froid.

Après avoir pelé la banane, la mettre dans le mélangeur avec les autres ingrédients. Battre pendant 2 minutes. Donne deux portions comme collation.

Lait fouetté à l'érable

Ingrédients : 250 ml de lait, 30 ml de sirop d'érable, 2 boules de crème glacée à la vanille.

Mettre tous les ingrédients dans le mélangeur et battre pendant 1 minute jusqu'à ce que le lait fouetté soit mousseux. Donne deux portions.

Crêpes

Ingrédients : 250 ml de farine, 10 ml de bicarbonate de soude, une pincée de sel, 5 ml de sucre, 1 œuf, 175 ml de lait, 15 ml de beurre fondu, 10 ml d'huile végétale.



Dans un bol, combiner la farine, le bicarbonate de soude, le sel et le sucre. Dans un second bol, battre l'œuf et le lait. Ajouter les ingrédients secs aux ingrédients liquides et mélanger le tout. Ne pas trop battre car les crêpes vont être dures. Ajouter le beurre fondu, toujours sans trop battre. Verser un peu d'huile végétale dans la poêle et faire chauffer à feu moyen. L'huile est chaude lorsqu'elle commence à fumer légèrement. À l'aide d'une louche, verser la pâte dans la poêle. Quand se forment les bulles d'air, prener la spatule et retourner la crêpe. Arroser de sirop d'érable et bon appétit ! Donne de deux à quatre portions.

Fèves à l'érable

Ingrédients : 1 boîte moyenne de fèves à la sauce tomate, 30 ml de ketchup, 50 ml de sirop d'érable.

Mettre tous les ingrédients dans une casserole. Faites chauffer à feu moyen pendant 5 minutes en remuant de temps en temps. Donne deux portions.

Limonade à l'érable

Ingrédients : 2 citrons, 60 ml de sirop d'érable, 500 ml d'eau froide.

Presser le jus des deux citrons. Mélanger dans le pichet le jus des citrons aux autres ingrédients. Cette boisson se sert sur glace.

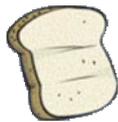
Rôtie à la cannelle

Ingrédients : 50 ml de sucre d'érable granulé, 50 ml de noix hachées, 5 ml de cannelle moulue, 4 tranches de pain, du beurre pour tartiner le pain.

Dans un bol, mélanger le sucre d'érable, les noix et la cannelle. Faire griller le pain. Dès qu'il est prêt, beurrer chaque tranche. Étaler aussitôt le mélange à l'érable. La chaleur de la rôtie fera fondre le sucre d'érable. Donne 4 tranches.

Pain doré

Ingrédients : 1 œuf, 50 ml de lait, 30 ml de beurre, 2 tranches de pain.



Casser l'œuf dans un bol. À la fourchette, battre bien l'œuf et le lait. Dans la poêle, à feu moyen, faire fondre le beurre jusqu'à ce qu'il frémit. Tremper les deux faces de la tranche de pain dans le mélange d'œufs. Faire frire le pain dans la poêle jusqu'à ce qu'il soit doré. Le retourner avec une spatule et faire cuire l'autre face jusqu'à ce qu'elle soit dorée aussi. Donne deux tranches que l'on arrose généreusement de sirop d'érable.

Granola à l'érable

Ingrédients : 250 ml de flocons d'avoine, 250 ml d'arachide ou de noix hachées, 250 ml de germe de blé, 75 ml d'huile d'arachide, 50 ml de sirop d'érable, 5 ml de vanille, une pincée de sel, 5 ml d'huile d'arachide.

Chauffer le four à 325° F. Graisser une tôle à biscuits avec les 5 ml d'huile d'arachide. Essuyer le surplus de gras. Mélanger tous les ingrédients, excepté l'huile d'arachide, dans un bol. Tout en remuant, verser peu à peu l'huile d'arachide. Vous assurer que tous les ingrédients sont bien enrobés d'huile. Étaler le granola de façon uniforme sur la tôle à biscuits. Faire griller au four pendant 20 minutes ou jusqu'à ce qu'il soit légèrement doré. Laisser refroidir. Casser ensuite le granola en gros morceaux. Le conserver dans un bocal ou un contenant dans un endroit frais et sec. Donne environ 750 ml de granola; de quoi faire de nombreuses collations!

Tire d'érable

Mettre du sirop d'érable dans une casserole. Enduire de beurre le bord de la casserole, car le sirop d'érable déborde très vite. Amener à ébullition et surveiller continuellement en mélangeant. Pour savoir si la tire est prête, utiliser un thermomètre à bonbons. La tire doit bouillir jusqu'à 240° F. La tire est prête à être mangée sur de la neige propre.

Neige à l'érable

Ingrédients : 250 ml de lait, 1 œuf, 125 ml de sucre, 15 ml de vanille, 50 ml de sirop d'érable.

Dans un grand bol, mélanger le lait, l'œuf, le sucre et la vanille. Ajouter une quantité de neige fraîche et propre, suffisante pour absorber le liquide. Verser dans des petits bols et arroser légèrement de sirop d'érable. Donne 6 petites portions.

Carrés à l'érable

Ingrédients : 250 ml de sirop d'érable, 30 ml de beurre ou margarine, 1000 ml de céréales de riz soufflé, 75 ml d'arachide hachées.

Dans la casserole, faire bouillir le sirop d'érable jusqu'à ce que le thermomètre indique 140° C. Après avoir retiré du feu, ajouter le beurre. Bien brasser. Ajouter le riz soufflé et les arachides et bien mélanger. Tasser cette préparation dans un petit moule à gâteau beurré. Lisser bien le dessus. Laisser refroidir, puis découper en carrés. Donne environ 8 morceaux.

Compote de pomme et sirop d'érable

Ingrédients : 8 à 12 pommes, 1/2 t. de sucre, 1/3 de t. de sirop d'érable, 1/3 t. d'eau.

Couper les pommes en dés. Mettre tous les ingrédients dans une casserole et amener à ébullition. Baisser le feu et laisser mijoter tout en surveillant jusqu'à bonne consistance.

Beurre d'érable au sirop d'érable

Ingrédients : 1 t. de cassonade (250 ml), 3 t. de sirop d'érable (750 ml), 1 t. de crème ou lait (250 ml), 1/2 tasse de sirop de maïs (125 ml), 4 c. à soupe de beurre (60 ml).

Mettre dans une casserole la cassonade, le sirop d'érable, la crème ou le lait et le sirop de maïs. Porter lentement à ébullition. Faire bouillir à feu moyen de 20 à 30 minutes, en remuant très souvent. Laisser refroidir pendant 20 minutes. Ajouter le beurre et remuer jusqu'à consistance crémeuse. Verser dans un pot de verre, bien fermer et conserver au réfrigérateur.

Yogourt délice

Ingrédients : 1 petit pot de yogourt nature, 30 ml de sirop d'érable.



er le yogourt dans un bol et faire un petit trou dedans pour faire un puits. Verser le sirop d'érable dans le puits. Faites le délice d'un amateur de yogourt !

Soda à l'érable

Ingrédients : 1 cannette de club soda ou une petite bouteille d'eau minérale gazeuse, 60 ml de sirop d'érable.

Verser le sirop d'érable dans un verre, remplir d'eau gazeuse, remuer et déguster.

Tapioca à l'érable et aux bananes

Ingrédients : 3 c. à table de tapioca minute, 4 c. à thé de sirop d'érable, une pincée de sel, 1 1/3 t. de lait, 1 œuf battu, 1/2 c. à thé d'essence de vanille, 1 t. de banane.

Dans un grand bol, mélanger les 5 premiers ingrédients. Laisser reposer 5 minutes. Mettre dans une casserole, apporter à ébullition et mélanger jusqu'à épaississement. Réduire les bananes en purée. Ajouter la vanille et les bananes dans la préparation. Bien mélanger et server.

Poires au sirop d'érable

Ingrédients : 6 poires coupées en dés, 1 t. de yogourt nature, 1/2 tasse de sirop d'érable.

Mettre les poires, le yogourt et le sirop d'érable dans un bol. Mélanger et server.

Fondue à l'érable

Ingrédients : 1/2 t. de sirop d'érable, 2 t. crème à 35 %, 4 c. à table de fécule de maïs, 1 jaune d'œuf, fruits assortis, gâteau des anges en cubes.

Faire chauffer le sirop d'érable 10 minutes. Diluer la fécule de maïs dans un peu de crème à 35%. Chauffer le reste de la crème jusqu'à ébullition. L'ajouter au sirop d'érable. Incorporer la fécule de maïs et le jaune d'œuf au sirop, hors du feu. Remettre sur le feu et chauffer jusqu'à épaississement. Servir sur un réchaud à fondue ou dans des ramequins, accompagner des fruits et du gâteau ou doigts de dame

Grand-père au sirop d'érable

Ingrédients : 1 t. de farine, 1 c. à thé de poudre à pâte, 1/2 c. à thé de sel, 1/2 tasse de crème sure, 2 œufs, 1 1/2 t. de sirop d'érable, 1 1/2 tasse d'eau.

Dans un grand bol, mettre la farine, la poudre à pâte et le sel. Ajouter la crème sure et les œufs ; bien mélanger jusqu'à consistance homogène. Dans une casserole amener à ébullition le sirop d'érable et l'eau. Avec une cuillère, faites tomber des boules dans le mélange bouillant. Couvrir et laisser mijoter 15 minutes. Servir avec de la crème glacée et le sirop de la cuisson.



Cornets à l'érable

Ingrédients : 1 1/2 douzaine de petits cornets, 1 t. de sucre, 1/2 t. de sirop d'érable, 1/2 t. de beurre, 1/2 t. de crème.



Mélanger le sucre, le sirop, le beurre. Amener à ébullition sur feu doux. Après le premier bouillon, compter 2 minutes et laisser bouillir sans brasser à feu doux. Ajouter la crème. Amener de nouveau à ébullition et bouillir 12 minutes à feu doux. Vider dans des cornets et laisser prendre. Peut se congeler.

Coin bac à eau : Simplement de l'eau (vous pouvez la colorer un peu si vous le voulez) pour faire comme de l'eau d'érable. Y ajouter des compte-gouttes, des pailles, des contenants à vider et à remplir.

Coin manipulation et motricité fine

- Pâte à modeler beige ou brune avec de l'essence d'érable ajoutée.
- Bâtons de *popsicle*.
- Jeu de mémoire avec des images en lien avec la cabane à sucre.

Activités et jeux

Une chasse aux trésors

Pour représenter différentes étapes qu'on retrouve dans une érablière, préparer 5 cartons sur lesquels vous aurez dessiné une chaudière, un chalumeau, un érable, une érablière, du sucre d'érable. Donner comme point départ, une enveloppe avec le premier indice à l'intérieur, c'est-à-dire le carton. Sur un côté du carton il y a le mot et de l'autre coté il y aurait le dessin du coin dans le service de garde où se trouve le prochain indice. Le trésor pourrait être un produit de la cabane à sucre.

Coin motricité fine

- Sur une feuille, faire des ronds qui représentent les arbres, vus à vol d'oiseau. Les enfants tracent les tuyaux qui vont d'un arbre à l'autre avant de se rendre à la cabane.

Coin déguisement et jeux de rôle

- Fabriquer un érable en papier-carton ou apporter un petit « vrai » arbre coupé et l'installer dans le coin imitation. (Prenez une grosse branche déjà tombée pour ne pas briser un arbre.)
- Laisser des chaudières de différentes grosseurs et quelques chalumeaux à la disposition des enfants. Si vous n'avez pas de chalumeaux sous la main, ça se vend dans les quincailleries pour presque rien mais avant, vous pouvez faire appel aux parents.
- Bricoler un faux feu de bois.
Costume : Chemise à carreaux, bottes de pluie, chapeau de chasseur (orange).

Les coins d'activités

Coin dessin et art plastique

- Du papier construction ou toute autre sorte de papier dans les tons de brun, blanc et beige.
- Du sable fin et beige pâle pour imiter le sucre d'érable.

Coin bac sensoriel

Un bac rempli de fèves. Attention de ne pas mettre de pois car, si par mégarde un enfant s'en mettrait un dans l'oreille ou dans le nez, le pois gonfle avec l'humidité et ça peut devenir dangereux. Des contenants à remplir et à vider.

- Imiter l'ambiance du repas de la cabane à sucre avec une nappe à carreaux et un banc en bois. Y ajouter des aliments en plastique (jambon, œufs, pain, etc), des bouteilles et des conserves de sirop d'érable vides, cuillères de bois et cuillères à jouer.

Coin lecture et relaxation

- Des livres avec des photos d'arbres de toutes sortes pour permettre aux enfants de découvrir les différences entre les érables et les autres arbres.
- De la musique folklorique que les enfants peuvent écouter dans un baladeur.
- Des images et des photos de cabane à sucre, (la sortie de l'année dernière, peut-être, ou celle de cette année) sous forme d'album photos.
- Des bâtons de *popsicle*.

**Coin science**

- Contenants transparents (verres) remplis d'eau de différentes températures, bâtons de *popsicles*, de la cassonade (ou du sucre), un peu de sirop.
- Est-ce que la cassonade fond dans l'eau ? ? ?
- Est-ce que je peux en mettre plus dans l'eau froide ou dans l'eau chaude ? ? ?
- Si je mets du sirop dans l'eau est-ce qu'il se mélange ?
- Faire couler de l'eau (avec un compte-goutte), goutte-à-goutte comme le sirop qui coule dans le sceau.

Chansons et comptines**Comptine sur la cabane à sucre**

*Vrim vrim le vibrequin
Toc toc le marteau
Vite vite le chalumeau
Ma chaudière est remplie d'eau*

Une tire d'érable

(sur l'air de *Ah ! si mon moine voulait danser*)

*Ah ! si (nom de l'enfant) voulait danser
Ah ! si (nom de l'enfant) voulait danser
Une tire d'érable je lui donnerai
Une tire d'érable je lui donnerai
Danse, (nom de l'enfant), danse
Ne vois-tu pas qu'on danse
Ne vois-tu pas les amis danser
N'entends-tu pas les amis chanter.*

À la cabane

(sur l'air de *Frère Jacques*)

*À la cabane (bis)
Nous allons (bis)
Nous sucrer le bec (bis)
C'est si bon (bis)*

*À la cabane (bis)
Nous mangeons (bis)
Des œufs du jambon (bis)
C'est si bon (bis)*

*À la cabane (bis)
Nous gouttons (bis)
Au sirop d'érable (bis)
C'est sucré (bis)*

À la cabane à sucre

(sur l'air de *La ferme à Maturin*)

*On va se sucrer le bec
Hi ha hi ha ho!
Ça va être bon ça va être chouette
Hi ha hi ha ho!
Du sirop par ci
De la tire par là
On mange beaucoup
On a l'estomac plein
On va se sucrer le bec
Hi ha hi ha ho!*



La cabane à sucre(sur l'air de *Savez-vous planter des choux*)

*C'est à la cabane à sucre
 À la mode, à la mode
 C'est à la cabane à sucre
 Qu'on s'est donné rendez-vous !*

*On a rempli nos bedons
 À la mode, à la mode
 On a rempli nos bedons
 Oh la la ! comme c'était bon !*

*On est entré dans la danse
 À la mode, à la mode
 On est entré dans la danse
 Sur un p'tit air de violon*

*Et on a dansé si fort
 À la mode, à la mode
 Et on a dansé si fort
 Qu'on a défoncé l'plancher !*

*On est tombé sur nos fesses
 À la mode, à la mode
 On est tombé sur nos fesses
 Ainsi finit la chanson !*

**À la cabane à sucre**(sur l'air de *À la claire fontaine*)

*À la cabane à sucre
 M'en allant promener
 J'ai goûté l'eau d'érable
 Et l'ai toute avalée*

*Il y a longtemps que je l'aime
 je veux toujours en manger*

*À la cabane à sucre
 M'en allant promener
 J'ai mangé de la tîre
 J'en étais tout collé*

*Il y a longtemps que je l'aime
 Je suis un p'tit bec sucré !*

**Comptine les gouttes d'eau**

*Toc, toc, toc, les gouttes
 Toc, toc, toc, les gouttes
 Tombent au fond du p'tit sceau
 On aura du bon sirop*

**BIBLIOGRAPHIE**

- Site internet : Création
<http://creaction.qc.ca/>
- Site internet : La petite enfance
www3.sympatico.ca/francois.emond/

Certains dessins ont été tirés du site internet : www.prescolaire.grandmonde.com