

Cahier d'activités

Pour les vacances ou tes moments de loisirs, découvre tout un album de jeux divers et d'images d'archives à colorier. Idéal pour apprendre tout en s'amusant.

À toi de jouer !

N°6

Pierresvives

Domaine départemental ~ Montpellier

pierresvives.herault.fr

Dans ce nouveau numéro, tu retrouveras des jeux, des défis et des coloriages, mais aussi un dossier spécial pour les gourmands, afin que la Semaine du goût 2020 dure toute l'année. Les curieux d'histoire pourront également découvrir, dans la rubrique « Connaître les archives », les secrets de la fabrication de l'huile d'olive.

Sommaire

CONNAÎTRE LES ARCHIVES _____ P.5

COLORIAGES _____ P.8

JEUX _____ P.12

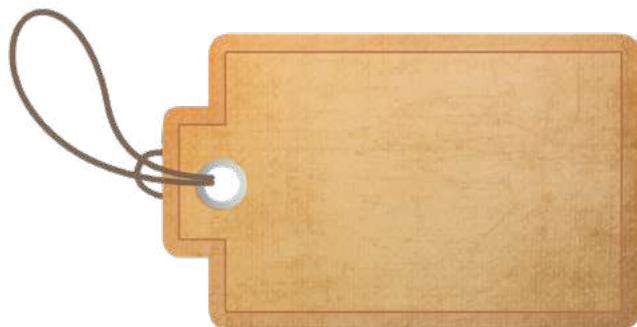
RECETTE DE SAISON _____ P.18

NOS COUPS DE  _____ P.22

LE SAVAIS-TU ? _____ P.24



Ce cahier appartient à :





Connaître les Archives

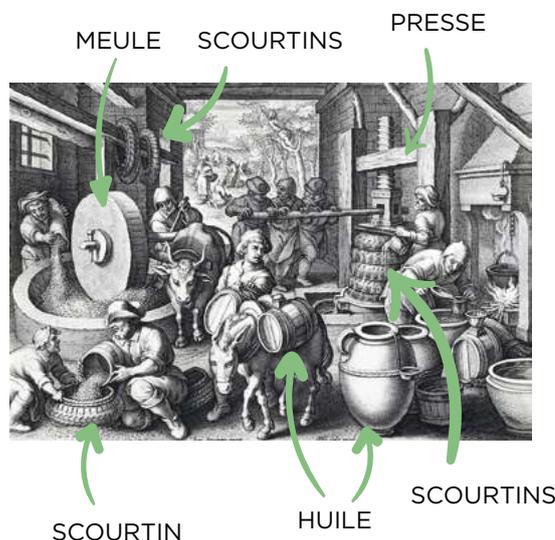
Le moulin à huile... d'olive !

Chez toi, tes parents cuisinent certainement des plats à base d'huile d'olive. C'est l'occasion de revenir ensemble sur la fabrication au **XVIII^e siècle** dans l'ancienne province du Languedoc de cette huile si particulière.

À la page 7 du cahier, tu découvriras un plan que l'on peut dater du XVIII^e siècle, représentant un **moulin à huile** au rez-de-chaussée d'une grande maison, celle de Pierre Théron, 381 rue Sainte-Ursule à Montpellier.

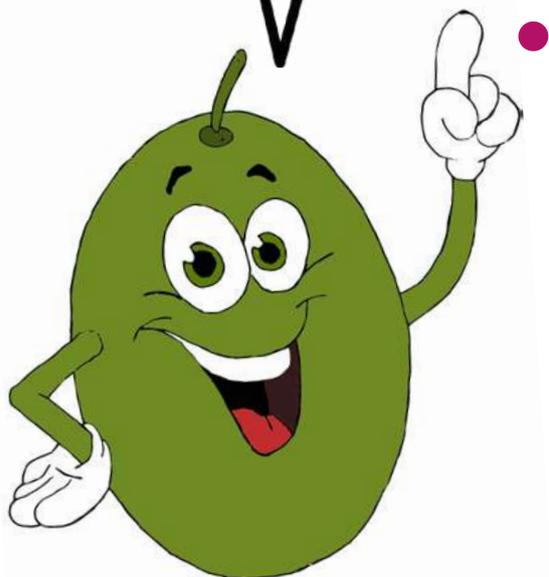
Ce plan montre **le pressoir** ① et la meule à moudre les olives, appelée en occitan **menat** ②. La première presse à froid donne **l'huile d'olive vierge**, utilisée

pour la table. Les pressions suivantes constituent une huile moins pure, stockée dans les **bassins des enfers** ③ et vendue pour l'éclairage et la savonnerie.



Le broyage sans dénoyautage (on ne retire pas le noyau de l'olive) dans des **broyeurs à meule** ② constitue la première étape : la pierre, actionnée par un animal (bœuf ou mulet), écrase les fruits. Puis vient le temps du malaxage, qui rend la pâte onctueuse et velouté. Et enfin, le moment du pressurage, qui consiste à extraire l'huile de la pâte obtenue et introduite dans des disques en matière tressée, sortes de paniers circulaires en fibre végétale (les scourtins), empilés très soigneusement sur les **plateaux des presses** ①. On verse de **l'eau chaude** ④ plusieurs fois sur les scourtins jusqu'à ce qu'il ne reste plus que le marc d'olive. Les scourtins jouent le rôle de drains laissant passer l'huile qui tombe sur le **plateau inférieur des presses** ⑤ en retenant les parties solides du fruit (pulpe et noyaux broyés). On recueille l'huile qui surnage (au-dessus) de l'eau avec des cuillers de fer, pour être mise dans des jarres de terre, que l'on conserve dans les caves.

Depuis l'Antiquité,
l'huile d'olive s'est
révélée essentielle dans
l'alimentation, la pharmacie,
la cosmétique,
l'éclairage.





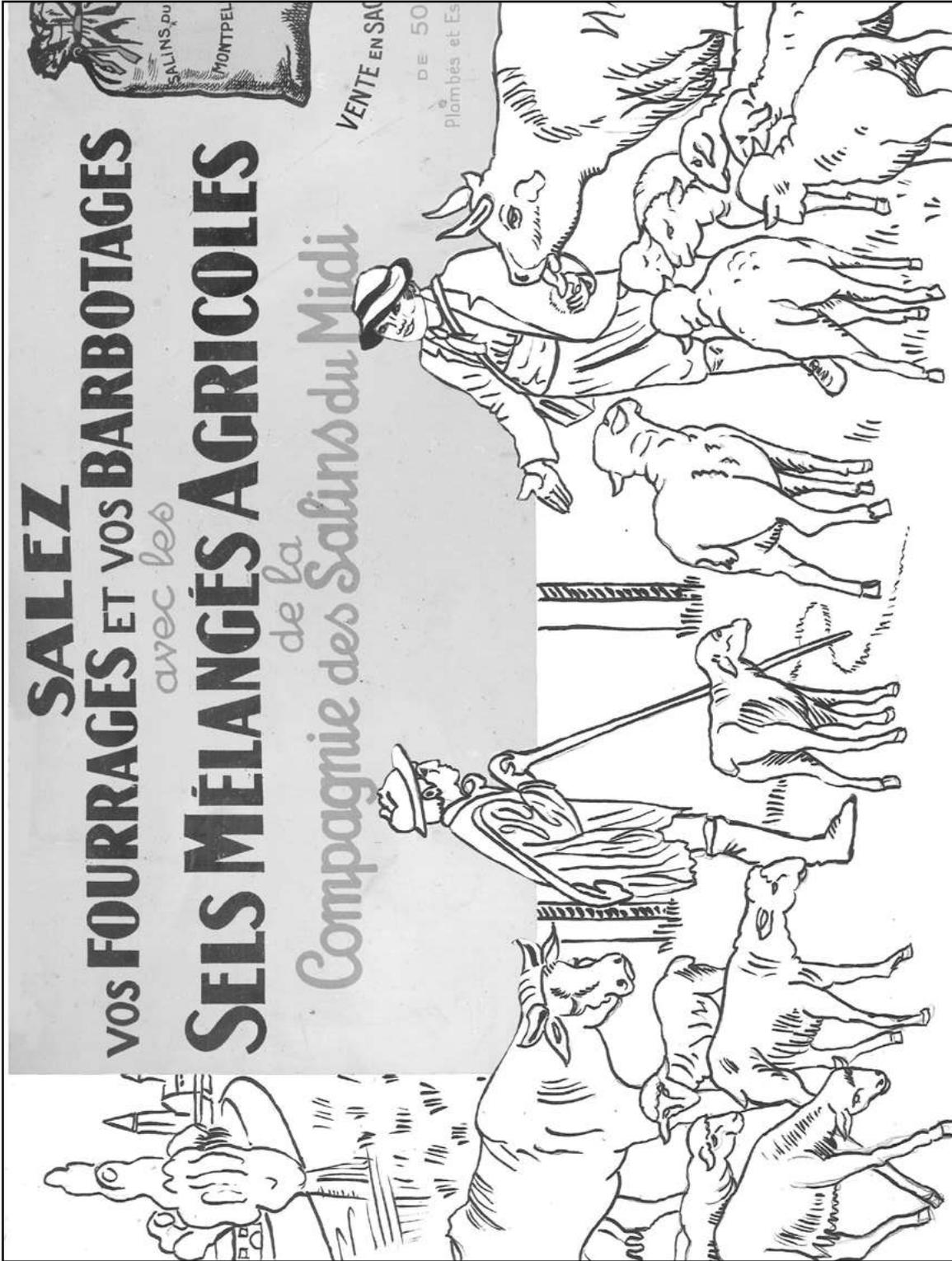
QUIZ

• Quelle est la forme du broyeur à meule ?

• Combien y-a-t-il de greniers à olives dans le moulin ?

Coloriages





**CONFISERIE
DE L'ORB**
C. Fabre & F. Noguier
B É D A R I E U X





LE TRACTEUR AGRICOLE
MOTEUR ET CARBURANT

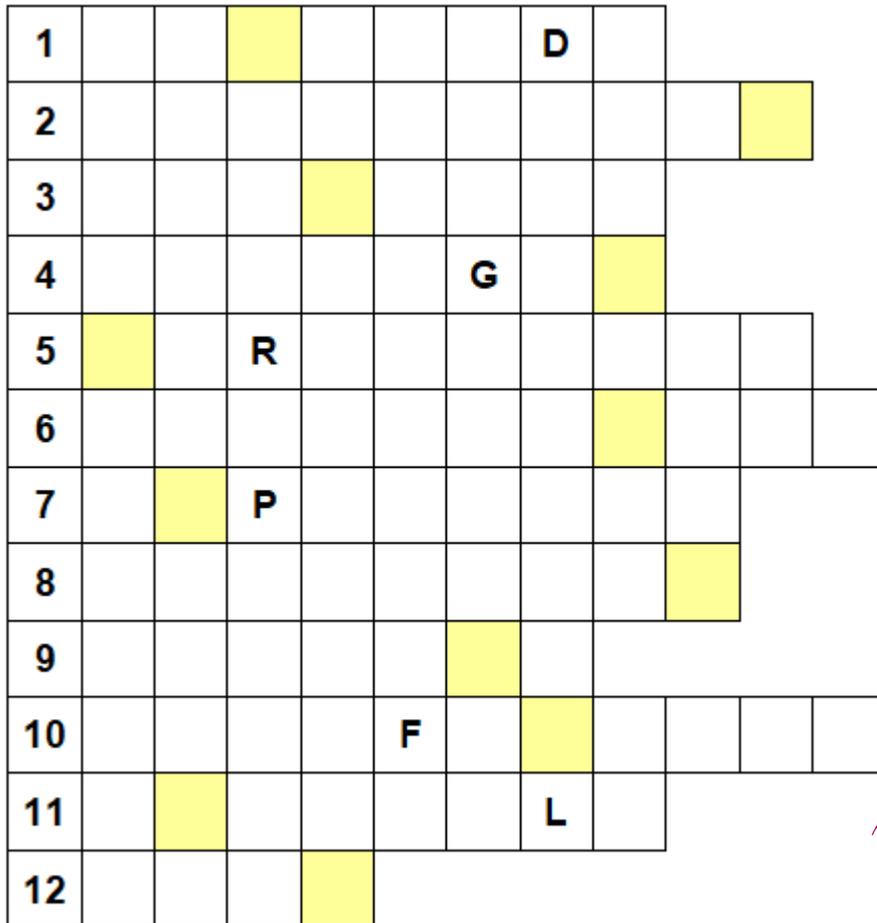
Source : ADH, 2 W 1538



Jeux

Mots cachés - Littoral et garrigue

Retrouve le mot correspondant à la définition donnée, puis reporte-le dans la grille pour trouver à l'aide des lettres des cases jaunes un dernier mot en rapport avec l'élevage ovin.



Mot caché :

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

1. Arrivée des taureaux depuis leur lieu de pâturage jusqu'aux arènes.
2. Cirque de l'Hérault
3. Autre nom pour désigner les immeubles de La Grande Motte (Hérault).
4. Animal totémique de Saint-Pargoire (Hérault) et de Maureilhan (Hérault).
5. Outil utilisé dans la fabrication des tonneaux.
6. Obstruction par le sable.
7. Bâti en pierre sèche utilisé par les bergers pour s'abriter de la pluie et ranger quelques outils.
8. Fleur emblématique du littoral camarguais aux teintes mauves ou « lavande de mer ».
9. Oiseau à long cou familier des étangs.
10. Établissement dans lequel on fabrique en quantité certains produits industriels.
11. Moustique qui transmet le paludisme.
12. Passage entre la mer et les étangs.

Mots fléchés

Habite une loge	↓	Bière anglaise	↓	Bouffarde	↓	Civilisation du Pérou et de la Bolivie	↓	Temples chrétiens
Fruit à pain				Aluminium				
	→				↓			↓
Passage entre la mer et les étangs		Organisation palestinienne	→			Conseil général	→	
		Chance				Signal sonore		
	→		↓	Table du boucher	→		↓	
				Usine à bois				
Objectifs	→				↓	Spécialité		Parfois indien
Chapeau d'été								
	→			Champignons	→		↓	
SS	→					Règle	→	
D'une seule couleur								
	→					Article défini	→	
						Bière anglaise		
Plus bas	→					↓		
				Pronom personnel	→			
Général sudiste		Au golf	→					

Mots mêlés - Fêtes, jeux, animaux totémiques ...

Tous les mots ci-dessous figurent dans la grille en tous sens : horizontalement, verticalement, en diagonale, de haut en bas et vice versa. Une même lettre peut servir à plusieurs mots. Celles non rayées constituent le mot de la fin défini comme suit : **amateur fervent, souvent membre d'un club taurin (équivalent du « supporter » d'une équipe de foot).**

ABRIVADO
ANE
ARÈNE
BIOU
BŒUF
CARITATS
CHAMEAU
CHEVAL
CHEVALET
CHÈVRE

CHIEN
CORRIDA
CRABE
EMBOULÉ
ENCIERRO
ESTAMINET
FÉLIBRE
FERRADE
FOIRE
GRENOUILLE

HÉRISSON
JOUTEUR
LOUP
MANADE
OC
PASTIS
PAVOIS
PÉLICAN
POU
RASET

SABLE
STÈLE
TAMBOURIN
TAUROMACHIE
TINTAINE
TREILLES
VEAU
VIN (x2)



Mot de la fin :

L'enquête : bien se nourrir en automne

Aide ton ami l'archiviste à retrouver dans ces documents originaux un aliment d'automne plein de vitamines.

- Un indice : il a une couleur explosive et aime bien l'Andalousie.

N'oublie pas que l'observation est ton alliée la plus fidèle !

Bonne chance !

Signé l'archiviste.

Sur la version numérique du cahier, tu peux cliquer sur les images pour les agrandir.

Document n° 1

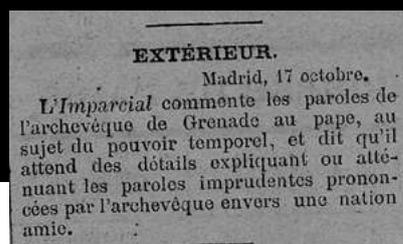
ADH, 2 Fi CP 6488 201
Béziers poétique et pittoresque.
(La Vie Enthousiaste)
[1890-1925]

Document n° 2

ADH, 12 Fi 175
Journée du poilu :
25 et 26
décembre 1915

Document n° 3

ADH, PAR 805/10
La République
du Midi N° 285 19
octobre 1876



Qui suis-je ?

Où est Archi ?

Voici notre ami **Archi**. Ce farceur d'Archi adore faire des parties de cache-cache dans les photographies conservées aux Archives départementales de l'Hérault.

Sauras-tu le retrouver ?



Joutes à Sète : la foule et le vainqueur
Ch. Assagnon des joutes de *L'Aurore*
RIBIERE, Jean (photographe). [1947]
ADH, 23 Fi 31/13

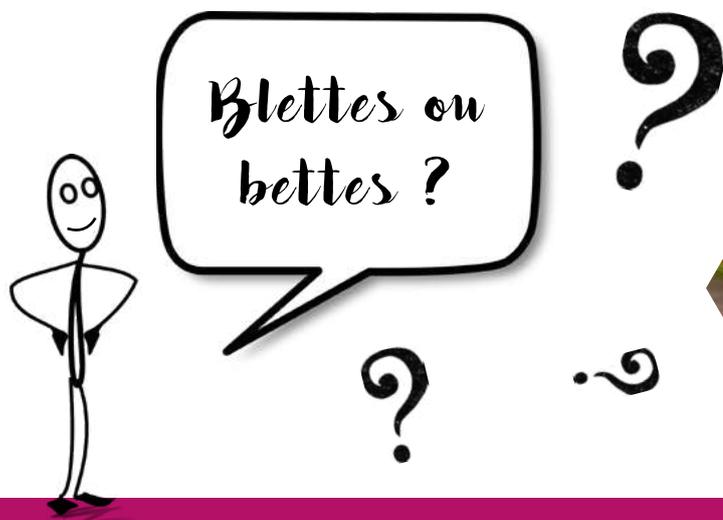




Recette da saison

Le gratin de blettes

Avec l'aide de Gourmandin, le petit bonhomme



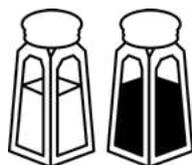
Oui les deux noms sont utilisés pour ce même légume. La blette serait la forme cultivée de la « betterave maritime » qui pousse à l'état sauvage sur les rivages européens.

Cette culture remonte à l'Antiquité, où les Grecs et les Romains en consommaient en grande quantité. En France, elle devient populaire au Moyen-Âge comme l'écrit Birlouez, page 47, dans son livre « Que mangeaient nos ancêtres », conservé dans la bibliothèque des Archives de l'Hérault, sous la côte ADH BIB 9776 (et oui, c'est le terme employé pour la référence !).

Elle offre d'importants atouts pour la santé : des minéraux, des vitamines. Aujourd'hui, elle est un peu oubliée des tables héraultaises. Voilà ton défi : faire redécouvrir autour de toi ce légume avec « ton » gratin de blettes.

Pour réaliser la recette, tu auras besoin de matériel :

- une planche à découper
- un couteau
- un four
- un autocuiseur (cocotte-minute)
- une passoire
- un plat allant au four
- une casserole
- une cuillère en bois



Ingédients



- Des blettes
- Du thym
- Une gousse d'ail

Pour la sauce béchamel :

- 50g de farine de blé (ou de lentilles)
- 50g de beurre (ou d'huile d'olive)
- 50 cl de lait de vache (ou de riz)
- Sel, poivre, muscade
- Parmesan

C'est parti !

- 1 Préparer les blettes après les avoir bien lavées à l'eau froide. Tu vas séparer la partie blanche (la côte ou carde) de la partie verte (la feuille).

Demande à un adulte de le faire ou avec son accord, fais le sous sa surveillance, car il faut utiliser un couteau.



- 2 Avec le couteau, on enlève le bout de la côte, ce qui permet de l'éplucher et de retirer les fils. Certains préfèrent garder la côte intacte.



- 3 Ensuite, il faut couper les côtes (cardes) en petits morceaux d'environ 2 centimètres.

- 4 À l'aide d'un adulte, préchauffe le four à 180°C.

La cuisson des cardes peut se faire de différentes façons, sur les conseils de *Gourmandin*, nous te proposons la cuisson en autocuiseur ou cocotte-minute. Ton adulte relai t'aidera à préparer cela sans danger, en particulier pour l'ouverture de la cocotte-minute.

Pour plus de saveur, ajoutons des feuilles de thym et une gousse d'ail dans l'eau de cuisson. 10mn à partir du moment où la soupape de la cocotte commence à tourner ... c'est cuit !



Place les côtes dans une passoire et laisse les égoutter longtemps... puis dispose les dans un plat allant au four.

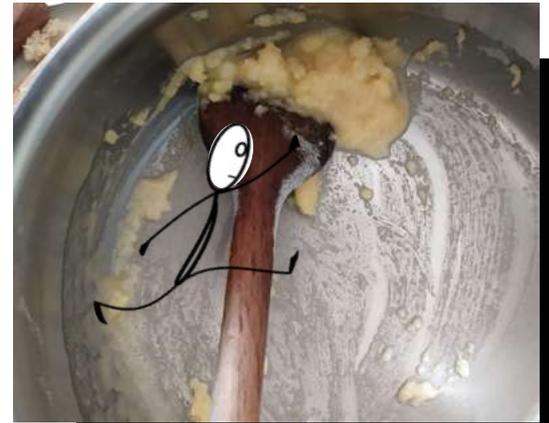


5

Il est temps de préparer la sauce qui va accompagner les blettes.

Fais fondre le beurre dans une casserole et, lorsqu'il est « moussieux », verse la farine et mélange bien jusqu'à ce que le beurre soit bien absorbé.

Ajoute le lait chaud peu à peu en remuant (fais-toi aider d'un adulte si besoin).



Ajoute à la sauce un peu de sel, du poivre et, si tu aimes, une pincée de noix de muscade ainsi que des copeaux de parmesan.

Voilà ! Tu viens de réaliser une **sauce béchamel**, inventée par François Pierre de la Varenne. Ce dernier en fait la description en **1651** (ADH BIB 9689), dans « Petites histoires de la cuisine » par Jean C. Baudet. Ceci est la référence ou la cote d'un livre conservé dans la bibliothèque des Archives de l'Hérault.



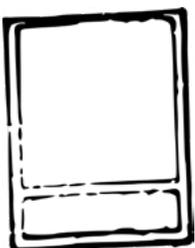
6

Parsème de copeaux de parmesan et, avec l'aide d'un adulte, enfourne pendant environ 15mn.

Variante : tu peux ajouter les feuilles de blettes que tu as préalablement cuites à la vapeur et aussi des petits lardons.



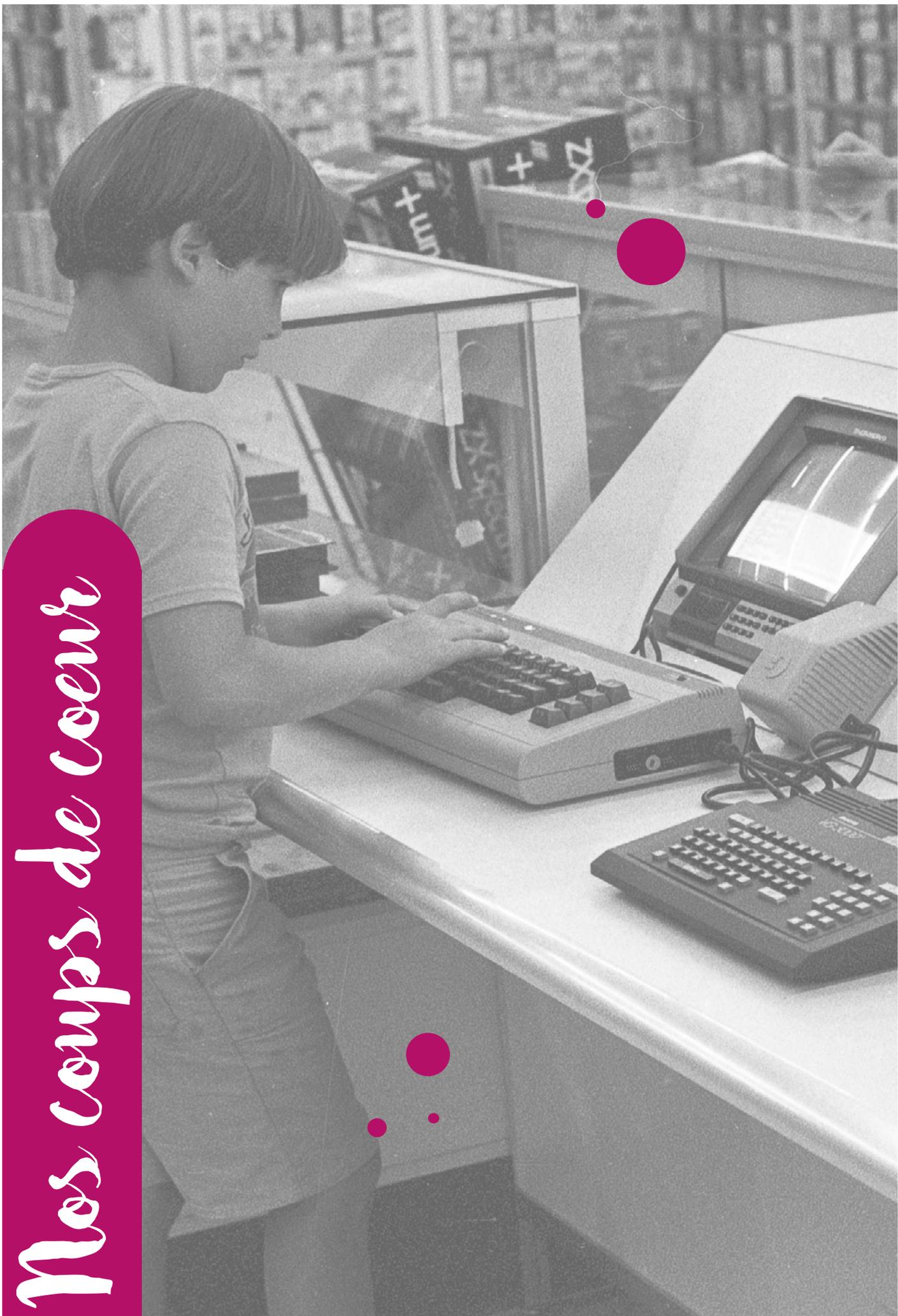
Miam, bon appétit !



**La dernière photo ?
C'est celle de ton plat terminé !**

Demande à tes parents de la partager sur Facebook en n'oubliant pas de taguer la page des @Archives départementales de l'Hérault.





Nos coups de coeur



Ressources et jeux en ligne

Tu souhaites en apprendre plus sur la cuisine locale
et les spécialités héraultaises ?

Pour la semaine du goût 2020, nous mettons à disposition
des ressources qui t'aideront à en savoir plus sur ce sujet !



Écouter



Découvre une série de petits podcasts

Les récréations gourmandes

dans lesquels Mathilde te livre ses souvenirs
d'enfance autour de la cuisine et des recettes
qui te donneront l'eau à la bouche ...



Voir

Cinq vidéos de recettes locales issues
des fonds des Archives à regarder sans attendre !

Jouer



Cinq jeux inédits autour des fruits et légumes.

et bien d'autres anecdotes historiques à découvrir !

EN SAVOIR +



Le savais-tu ?

L'invention de la glace à l'eau date de 1905 et résulte d'un hasard total !

Plantées sur un bâtonnet, les glaces à l'eau sont parmi les plus populaires du monde : il s'en écoule environ **3 milliards par an**.

On la doit à **Frank Epperson**, un Californien, alors âgé d'une dizaine d'années. Durant l'hiver, le garçon avait oublié à l'extérieur de sa maison, avant la tombée de la nuit, un verre contenant du **jus de fruit en poudre mélangé à de l'eau**. Dans le récipient, se trouvait aussi un **morceau de bois** utilisé pour mélanger sa boisson.

Le lendemain matin, le contenu s'était transformé en un **glaçon aromatisé**, dont dépassait le bâtonnet.

Satisfait de ce résultat inattendu, ce même Frank Epperson a ensuite testé ce **dessert glacé** auprès de ses camarades de classe, avant de déposer le brevet de son **invention** plusieurs années après, en 1924.

Il a lancé une marque aujourd'hui leader aux **États-Unis**.



Mots fléchés (p.14)

	C		S		P		I	
C	H	A	T	A	I	G	N	E
	A		O	L	P		C	G
G	R	A	U		E	T	A	L
	B	U	T	S		O		I
B	O	B		C	E	P	E	S
	N	A	Z	I	S		T	E
U	N	I		E		L	E	S
	I	N	F	R	A			
L	E	E		I	L			
	R		T	E	E			

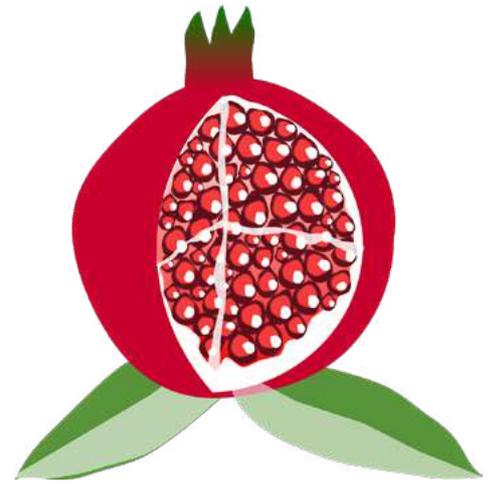
Mots mêlés (p.15)

N	A	C	I	L	E	P	C	P	U	O	L	U	E	T
F	E	R	R	A	D	E	H	A	A	F	A	L	V	R
R	P	A	S	T	I	S	E	N	R	E	L	I	I	E
U	E	L	B	A	S	C	V	E	V	I	N	I	R	I
E	R	B	I	L	E	F	R	O	U	E	T	A	M	L
T	I	N	T	A	I	N	E	O	L	O	S	A	E	L
U	T	H	U	O	I	B	N	U	R	E	N	L	T	E
O	A	T	C	U	N	E	O	R	T	A	E	H	O	S
J	M	E	R	A	R	B	E	A	D	T	C	E	D	T
C	B	L	A	G	M	I	B	E	S	H	D	R	A	A
H	O	A	B	E	C	O	R	R	I	D	A	I	V	M
E	U	V	E	N	E	O	R	E	O	U	R	S	I	I
V	R	E	E	U	O	C	N	U	V	O	E	S	R	N
A	I	H	F	E	R	I	O	F	A	P	N	O	B	E
L	N	C	H	A	M	E	A	U	P	T	E	N	A	T

Mot de la fin : AFICIOUNADO

L'enquête (p.16)

Bravo, tu as trouvé ! C'est **la grenade**, un fruit de la forme d'une pomme, qui mûrit du vert au rouge sur le grenadier, entre septembre et décembre. Observe bien lors de tes promenades durant les vacances, tu en trouveras certainement : bonne cueillette et bonne dégustation !



1^{er} document : « De nacre et de grenade » : il s'agit ici de la couleur grenade (rouge légèrement rosé).

2^{ème} document : Le poilu, soldat français durant la Première Guerre mondiale, va lancer une grenade. Ici, grenade qualifie un engin explosif.

3^{ème} document : « l'archevêque [rang dans l'église catholique, proche de l'évêque] de Grenade ». Ici, Grenade désigne la ville d'Espagne dans la région de l'Andalousie.



Où est Archi ? (p.17)





**ARCHIVES DÉPARTEMENTALES
DE L'HÉRAULT**

serv-educat.archives@herault.fr



archives.herault



pierresvives.herault