

# Maïs et céréales

## Souligne les informations importantes :

Autrefois les plantes poussaient de manière sauvage dans les prairies. Lorsque l'homme a réalisé qu'ils pouvaient être utiles pour la nutrition, ils les ont transformés en soi-disant plantes de cultures.

Aujourd'hui le blé, l'orge, le seigle et l'avoine sont les céréales les plus répandues. Le millet et le maïs viennent compléter la liste. Le riz est également une céréale mais ne pousse pas dans nos régions.

Les céréales sont des aliments de base car elles sont transformées de différentes manières. Complète ce qui est produit avec les céréales suivantes :

**Seigle** : farine - pain, pâtes; ... \_\_\_\_\_

**Orge** : \_\_\_\_\_ bière, soupe, ... \_\_\_\_\_

**Riz** : \_\_\_\_\_ lait de riz, ... \_\_\_\_\_

**Blé** : \_\_\_\_\_ farine - pain, diverses pâtes pour gâteaux ... \_\_\_\_\_

**Avoine** : flocons d'avoine, ... \_\_\_\_\_

**Maïs** : farine, popcorn, ... \_\_\_\_\_

**Millet** : farine, nourriture pour oiseaux, ... \_\_\_\_\_



Cherche dans un livre de cuisine des recettes avec des céréales !