

# La Journée Gourmande de Lucas

Histoire sur un métier • 3/4 ans



## Partie 1 : Une journée dans la vie d'un chef cuisinier

Monsieur Jean est un chef cuisinier. Il travaille dans un grand restaurant où il prépare des plats délicieux pour les clients. Un jour, il a décidé d'emmener son petit fils, Lucas, pour une journée de travail avec lui.

« **Bonjour, Lucas ! Bienvenue dans ma cuisine !** », a dit Monsieur Jean en souriant. « **Es-tu prêt à apprendre comment je prépare de la nourriture délicieuse ?** »

Lucas a souri et a hoché la tête. « **Oui, je suis prêt !** »

Monsieur Jean a montré à Lucas tous les ingrédients qu'il utilisait pour préparer les plats, comme les légumes frais, la viande et les épices. Il a montré comment il avait besoin de laver les légumes avant de les couper, et comment il avait besoin de mesurer les ingrédients pour que le plat ait le bon goût.

« **Et maintenant, je vais te montrer comment je prépare une soupe de légumes** », a dit Monsieur Jean.

Lucas a regardé attentivement Monsieur Jean couper les légumes en petits morceaux et les mettre dans une grande casserole. « **Et maintenant, nous allons ajouter de l'eau et des épices pour donner de la saveur à la soupe** », a expliqué Monsieur Jean.

Lucas a aidé à ajouter les épices dans la casserole et a été surpris de voir comment la soupe avait l'air différente à chaque fois qu'ils ont ajouté quelque chose de nouveau à la casserole. « **C'est vraiment cool !** », a dit Lucas.

Monsieur Jean a souri. « **Attends de voir comment c'est quand nous allons la goûter !** »

## Partie 2 : Les défis d'un chef cuisinier

Après avoir préparé la soupe de légumes, Monsieur Jean a expliqué à Lucas comment il préparait les plats principaux pour les clients. Lucas a vu comment Monsieur Jean faisait cuire de la viande, des légumes et d'autres ingrédients dans des casseroles et des poêles. Il a été ébloui par la vitesse à laquelle Monsieur Jean pouvait couper les ingrédients et faire cuire les plats.

Mais bientôt, il est devenu clair que travailler dans une cuisine était difficile. Il faisait chaud et Monsieur Jean était très occupé à préparer les plats pour les clients. Lucas a vu que chaque fois que Monsieur Jean avait terminé un plat, un autre venait immédiatement. Parfois, les clients se plaignaient, et Monsieur Jean devait réparer les plats ou en faire un nouveau.

« **Wow, c'est difficile de préparer de la nourriture pour les gens** », a dit Lucas.

Monsieur Jean a souri. « **C'est vrai, mais c'est aussi très amusant et gratifiant. Quand les clients aiment ce que j'ai préparé, ça me donne beaucoup de satisfaction.** »

## Partie 3 : Le plaisir de manger de la nourriture délicieuse

Après avoir travaillé dur toute la journée, Monsieur Jean a finalement terminé de préparer des plats pour les clients. Ils étaient tous délicieux et Lucas avait hâte de les goûter.

« **Lucas, as-tu faim ?** » a demandé Monsieur Jean.

« **Oui, j'ai très faim !** » a répondu Lucas.

Monsieur Jean a souri et a amené Lucas à une table où il a servi les plats qu'il avait préparés. Lucas a goûté chaque plat et a été surpris par le goût délicieux. Il a aimé la soupe de légumes, la viande, les légumes cuits à la vapeur et les desserts sucrés.

« **Miam, c'est tellement bon !** » a dit Lucas.

Monsieur Jean a souri. « **Je suis content que tu aies aimé la nourriture que j'ai préparée. C'est pour ça que j'aime être un chef cuisinier - pour que les gens comme toi puissent profiter de la nourriture délicieuse que je prépare.** »

Lucas a souri et a hoché la tête. « **Je comprends maintenant. Merci, grand-père !** »

Monsieur Jean a serré Lucas dans ses bras. « **De rien, mon chéri. C'est toujours amusant de partager mes connaissances avec toi.** »

## Le quizz : as-tu bien compris l'histoire ?

### 1) Qui est Monsieur Jean ?

- Un médecin
- Un chef cuisinier
- Un policier
- Un professeur

### 2) Qu'est-ce que Lucas a appris dans la cuisine de Monsieur Jean ?

- Comment jouer de la guitare
- Comment faire du vélo
- Comment préparer de la nourriture délicieuse
- Comment dessiner

### 3) Que prépare Monsieur Jean pour les clients ?

- Des chaussures
- Des jouets
- Des plats délicieux
- Des livres

### 4) Pourquoi est-ce difficile de travailler dans une cuisine ?

- Parce qu'il fait froid
- Parce que c'est ennuyeux
- Parce qu'il y a trop de nourriture
- Parce que c'est chaud et qu'il y a beaucoup de travail

### 5) Qu'est-ce que Lucas pense de la nourriture préparée par Monsieur Jean ?

- Il ne l'aime pas
- Il la trouve moyenne
- Il la trouve bonne
- Il ne la goûte pas

### Bonnes réponses :

1) Un chef cuisinier 2) Comment préparer de la nourriture délicieuse 3) Des plats délicieux 4) Parce que c'est chaud et qu'il y a beaucoup de travail 5) Il la trouve bonne

## Glossaire : les mots compliqués de l'histoire

**Chef cuisinier:** Une personne qui prépare de la nourriture dans un restaurant ou un autre établissement de restauration

**Ingrédients:** Les choses que l'on utilise pour faire de la nourriture

**épices:** Des ingrédients qui ajoutent de la saveur à la nourriture, comme le poivre ou le paprika

**Soupe de légumes:** Un plat chaud qui contient des légumes et de l'eau bouillante

**Plat principal:** Le plat principal d'un repas, comme la viande ou le poisson

**Casseroles:** Des récipients en métal ou en céramique utilisés pour faire cuire de la nourriture sur une cuisinière

**Poêles:** Des récipients en métal utilisés pour faire cuire de la nourriture sur une cuisinière

**Gratifiant:** Un sentiment de satisfaction ou de fierté après avoir accompli quelque chose de difficile ou de bien

**Vapeur:** De l'eau qui s'échappe d'une casserole chaude et qui cuit les légumes sans les faire frire ou les griller

**Desserts:** Un plat sucré servi après le repas principal