

quelques recettes de



Un livre des apprenants du cours de français langue étrangère et d'alphabétisation pour adultes des communes d'Anhée et d'Yvoir



Quelques Recettes de Vie

Commune d'Anhée et Commune d'Yvoir
(Province de Namur), Belgique
Octobre 2019
Dépôt légal D/2019/ciepalph

Crédits photos
Benôit Cobut
Jing Shen
Julie Renson
Philippe Lavandy
Sandra Atino
Sylvie Haumont
Thomas Sillars

Mise en page, habillage graphique
Édouard Carlier ecarlier@pragmacom.eu

Distribué gratuitement. – Ne peut être vendu.
Si vous désirez plus d'exemplaires de ce livre, veuillez contacter le CIEP (coordonnées ci-dessous).
Toute reproduction, même partielle, ou présentation publique de ce livre doit préalablement recevoir une autorisation écrite de la part du CIEP
place l'Ilon, 17 – 5000 Namur
081/83.05.07 moc.namur@lilon.be

Éditeur responsable
CIEP – place l'Ilon, 17 – 5000 Namur
Imprimé par l'Imprimerie provinciale de la Province de Namur (coordonnées page 51) sur papier certifié FSC Mix credit.



DANS NOS CARNETS, DANS NOS TIROIRS ET NOS MÉMOIRES, IL Y A "LA BLANQUETTE DE VEAU DE PAPA", "LA CHARLOTTE AUX FRAISES FAÇON LUCIENNE", "LES LASAGNES DE LA NONNA"... MAIS UNE RECETTE S'EST AJOUTÉE PLUS RÉCEMMENT : CELLE D'UN "LIVRE À LA MANIÈRE DE PHILIPPE" (DE KEMMETER).

ELLE NOUS A ÉTÉ TRANSMISE À LA NAISSANCE DE NOTRE PROJET, PAR LA VOIE DES PRÉCIEUX PETITS LIVRES OFFERTS CHAQUE ANNÉE PAR LA FÉDÉRATION WALLONIE-BRUXELLES DANS LE CADRE DE LA FUREUR DE LIRE. EN 2016, SORTAIT L'UN D'ENTRE EUX, "LA RECETTE", SIGNÉ PHILIPPE DE KEMMETER. DEPUIS, NOUS NOUS SOMMES APPLIQUÉS À SUIVRE LES ÉTAPES DE CETTE FAMEUSE RECETTE POUR FAIRE UN LIVRE ET PHILIPPE EN EST TOUT NATURELLEMENT DEVENU LE PARRAIN. DANS LA CUISINE-BIBLIOTHÈQUE, NOUS AVONS INTIMEMENT MÉLÉ NOS IDÉES, NOS LETTRES, NOS IMAGES. NOUS AVONS GOÛTÉ, AJOUTÉ, SAUPOUDRÉ DE TEMPS ET DE PATIENCE ET CERISE SUR LE GÂTEAU-LIVRE, CE DESSIN QU'IL NOUS OFFRE EN GUISE DE MISE EN BOUCHE !

MERCI À LUI D'AVOIR MITONNÉ CETTE ŒUVRE D'ENCRE ET DE PAPIER DANS SA CUISINE CRÉATIVE...

— JULIE RENSON



Préface selon lui

Au cœur de ce livre, pour moi, est la quête de sens et d'une partie de celui-ci trouvé. Il est nourri au cours en constatant les progrès réalisés par les apprenants vers leur autonomie. L'apprentissage du français ainsi que l'accompagnement de leurs situations individuelles en sont deux ingrédients de base. Au cours, nous nous rencontrons et nous partageons nos connaissances, nos expériences et nos cultures. Que de saveurs. En voici donc le troisième ingrédient. Ces rencontres et ces partages sont justement au cœur de ce livre. De celles et ceux vécus par les apprenants, ils vous en proposent quelques recettes. De cuisine d'abord, car quoi de plus rêvé pour développer nos sens. De vie ensuite, comme le témoignage d'une année vécue en espérant de tout cœur qu'elles vous nourriront à leur tour.

— Benoît Cobut, formateur en français langue étrangère et en alphabétisation au CIEP (Centre d'Information et d'Éducation Populaire) de la Province de Namur



Troc-Recettes au Vendredi du Terroir

Nous avons participé au Vendredi du Terroir avec Benoît, notre professeur, et Julie, animatrice aux bibliothèques communales. Nous sommes très contents parce que nous avons rencontré beaucoup de personnes très gentilles et très agréables. Elles étaient fort disponibles pour nous écouter et pour discuter. Nous avons rencontré plusieurs marchands : le marchand de pâtes de fruits, le marchand de sapins de Noël et d'œufs, le marchand d'escargots... Nous avons aussi rencontré le bourgmestre d'Anhée. Nous avons offert des biscuits, des "pizzettes", des chocolats, du jus de pomme chaud miel-cannelle et des galettes, faits maison ou apportés, à toutes les personnes qui en avaient envie. Ces personnes ont participé à notre jeu : nous donner une "recette de vie". Par exemple, elles nous ont donné leur recette pour être libre, pour faire un livre, pour être en forme, pour être une bonne maman, pour faire un beau potager...
Au plaisir de vous (re)rencontrer.
– Tous les apprenants



Francesca

Pasta frolla pour biscuits

Ingrédients

200 g de farine de blé
100 g de sucre
100 g de beurre
1 œuf entier
2 jaunes d'œufs
Sel

Préparation

Versez la farine dans un plat ou sur le plan de travail. Creusez-y un puits et mettez-y le sucre et les œufs.

Ajoutez le beurre froid coupé en morceaux et une pincée de sel.

Pétrissez rapidement.

Faites une boule et laissez-la reposer 30 minutes au frigo dans du film alimentaire.

Pétrissez la pâte mais pas trop fort.

Étalez la pâte sur une épaisseur d'environ 0,5 cm et découpez-la selon les formes des biscuits que vous souhaitez.

Faites cuire au four pendant environ 15 minutes à 180 °C.

La recette

... pour faire un arc-en-ciel
(5 ingrédients maximum)

- couleurs gauches
- pin ceau
- une grande Echelle
- beaucoup d'EquilibRE
- de grands bras

Une recette offerte par : Edith

La recette

... pour trouver des amis
(5 ingrédients maximum)

- Ne pas chercher ...
- mais faciliter la rencontre!
- Participer à un cours (comme le cours de français ...)
- Dire bonjour aux personnes sympthiques qu'on croise

Une recette offerte par : Etienne

La recette

... pour faire un livre
(5 ingrédients maximum)

- des idées
- des rêves
- du réseau
- regarder
- écrire

Une recette offerte par : *Benoît*

La recette

... pour finir de manger ses légumes
(5 ingrédients maximum)

- Des encouragements
- Des légumes déguisés... dans la sauce de la lasagne....
-
- en soupe !!! (à la grimace, parfois!)

Une recette offerte par : *Sabrina*

La recette

... pour trouver un trésor
(5 ingrédients maximum)

- la solidarité
- l'entraide
- la gentillesse
- l'écoute
- la recherche

Une recette offerte par : *Alicia*

La recette

... pour réussir dans la vie
(5 ingrédients maximum)

- aller vers l'autre, les autres
- s'intéresser à ce qui nous entoure (personnes, nature, culture...)
- aimer rire
- apprendre toujours
- penser vraiment à tout ce qui va bien - s'y arrêter

Une recette offerte par : *plutôt que se plaindre
à tout ou ne retenir que
le négatif*

La recette

... pour être une bonne maman
(5 ingrédients maximum)

- de la patience
- de l'écoute
- de la créativité
- de la fermeté
- de l'AMOUR

Une recette offerte par : *Manola*

La recette

... pour être libre
(5 ingrédients maximum)

- accepter les autres
- savoir lire
- savoir écrire
- savoir vivre en société.
-

Une recette offerte par : *Valérie*

Et vous ?
Quelle est
votre recette ?

La recette

... pour ...
(5 ingrédients maximum)

- *
- *
- *
- *
- *

Une recette offerte par :



Sandra

Gaufres

La recette

... pour rester jeune
(5 ingrédients maximum)

faire des brétises

Une recette offerte par :

Ingrédients

500 g de farine
325 g de sucre
Un peu d'extrait de vanille
2 sachets de sucre vanillé
4 œufs
325 g de beurre fondu
1/2 tasse de lait
1/2 cuillère à café de poudre à lever
Sucre perlé et/ou raisins secs si vous aimez (et quantités selon vos goûts)

Préparation

Dans un plat, mélangez tous les ingrédients secs.
Séparez les blancs des jaunes.
Battez les blancs en neige.
Battez les jaunes avec le lait et l'extrait de vanille.
Creusez un puits dans le mélange d'ingrédients secs.
Ajoutez-y le beurre fondu et mélangez bien.
Ajoutez le mélange des jaunes d'œufs et du lait et mélangez bien.
Ajoutez du sucre perlé et/ou des raisins secs si vous le souhaitez.
Ajoutez les blancs en neige petit à petit.
Couvrez le tout d'un film alimentaire.
Laissez reposer une nuit au frigo.
Utilisez un gaufrier !

"J'AIME VENDRE DE BONS PRODUITS
À DE BONS CLIENTS."
FRANCESCA SE PRÊTE AU JEU DANS
L'ÉCHOPPE DE CORINNE ET LUIGI
SUR LE MARCHÉ D'ANHÉE



Francesca Scrima
ITALIE

Francesca

La recette pour voyager en Europe

(5 ingrédients maximum)

- * Avoir du temps disponible
- * Avoir de l'argent
- * Avoir une bonne voiture ou une bonne caravane
- * Aimer les cultures des autres pays
- * Être en bonne compagnie

Une recette offerte par :

Francesca

La pizza

Ingrédients

Sauce tomate ou tomates cerises (comme pour d'autres ingrédients, laissez-vous aller aux quantités selon vos goûts)

Mozzarella, origan, basilic

400 g de farine de blé

250 ml d'eau

10 g de levure de bière

1 cuillère à café de sucre

1 cuillère de sel, poivre

Huile d'olive vierge extra

Préparation

Versez la farine dans un plat.

Creusez-y un puits dans lequel vous ajoutez l'eau, la levure de bière et le sucre, puis pétrissez.

Mettez la pâte dans un plat huilé, couvrez-le de film alimentaire et laissez reposer la pâte pendant au moins 8 heures.

Étalez la pâte délicatement sur la plaque du four huilée. Allumez le four à 200 °C.

Garnissez la pâte avec la sauce tomate ou les tomates cerises, l'huile d'olive, le sel, le poivre et l'origan.

Faites-la cuire au four environ 30 minutes. Les 5 dernières minutes, ajoutez la mozzarella, le basilic et de l'huile d'olive.



2

Notre Co-pain Étienne

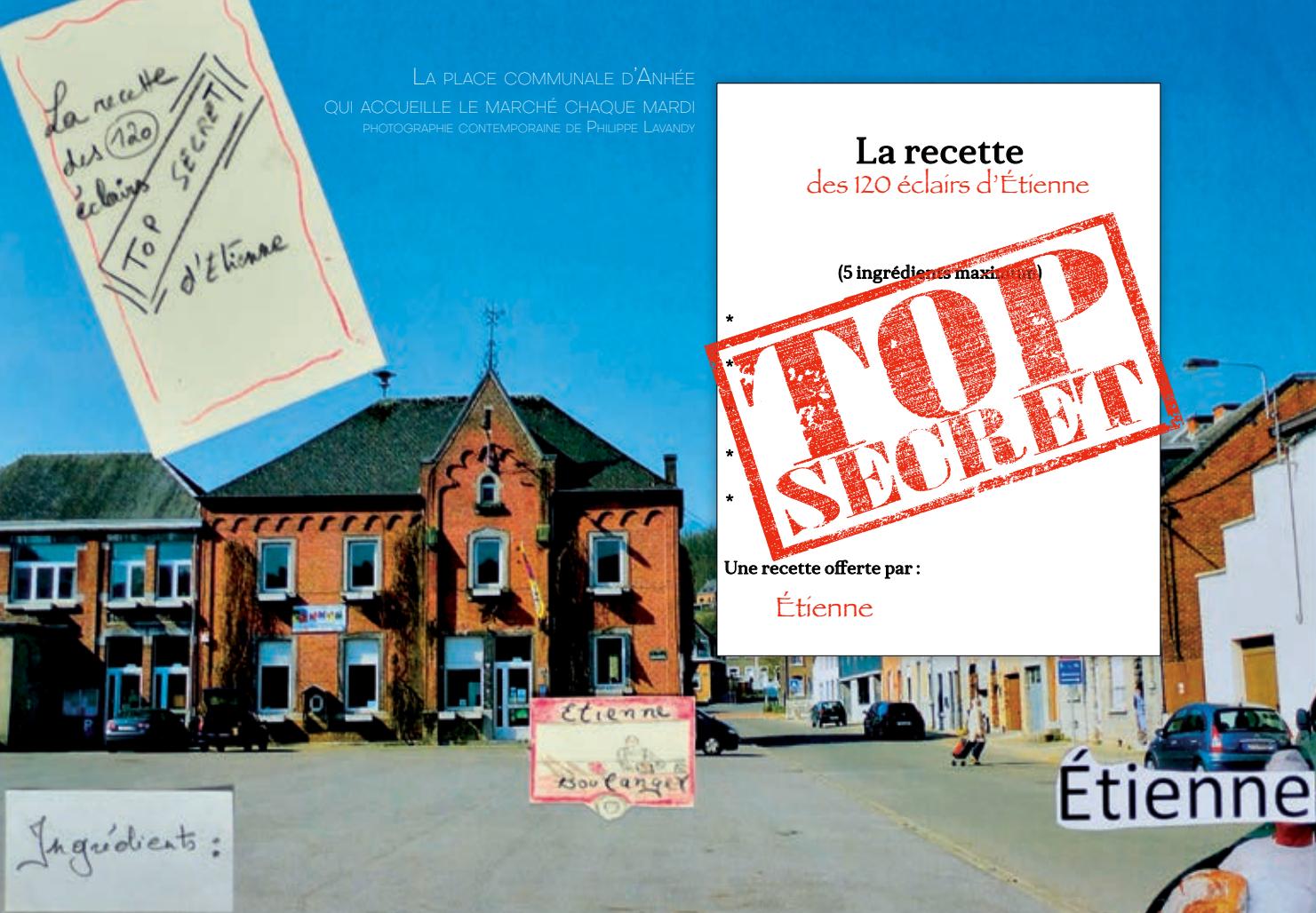
Nous avons rencontré le boulanger au marché et l'avons invité à partager un repas pour que nous nous connaissions mieux.

– Tommy

Étienne

2

LA PLACE COMMUNALE D'ANHÉE
 QUI ACCUEILLE LE MARCHÉ CHAQUE MARDI
 PHOTOGRAPHIE CONTEMPORAINE DE PHILIPPE LAVANDY



La recette
 des 120 éclairs d'Étienne

(5 ingrédients maximum)

TOP SECRET

Une recette offerte par :
 Étienne



Recette

Notre Co-pain Étienne

Devenir Co-pain

- Ingrédients
- Découvrir son pain
 - Lui poser des questions sur son métier
 - Recevoir sa confiance en cadeau !
 - L'inviter à partager un repas
 - Garder le contact !

IMAGES EXTRAITES DU LIVRE PAYSAGES. MÉMOIRE DE NOS TERRITOIRES. DE DIMITRI BELAYEV ET PHILIPPE LAVANDY (2017)



CETTE MÊME PLACE COMMUNALE AUTREFOIS (CARTES POSTALES ANCIENNES, COLLECTION CLAUDE CARLY)





LA CUISINE CHINOISE PREND SOUVENT PLUS DE TEMPS À PRÉPARER QUE LA CUISINE EUROPÉENNE, MAIS SI VOUS L'AIMEZ, LE GOÛT EN VAUT VRAIMENT LA PEINE



Jing Shen
Chine

Jing

La recette pour être libre

(5 ingrédients maximum)

- * Pas de religion
- * Accepter la liberté des autres
- * Être courageux
- * S'ouvrir l'esprit
- * Être créatif

Une recette offerte par :

Jing



Omelette

Ingrédients

2 œufs
100 g de lardons fumés
5 champignons de Paris
1 piment séché
Huile d'olive

Préparation

Préchauffez le four à 150 °C.
Cassez les œufs dans un plat allant au four.
Coupez les champignons et le piment en petits morceaux.
Mélangez les lardons fumés, les champignons, le piment et l'huile d'olive dans le plat contenant les œufs.
Mettez le plat au four et faites cuire 1 heure environ. Vérifiez souvent que votre omelette n'est pas trop cuite.

Je m'appelle Jing. Je suis chinoise et je viens de Shanghai. J'ai 45 ans. Je suis mariée et maintenant j'habite en Belgique avec mon mari. Je parle chinois, anglais et un peu français et allemand. En ce moment, je suis en train d'apprendre le français. Je suis très contente d'étudier avec d'autres personnes. Tout le monde est très gentil.

J'ai été professeur de chinois en Chine pendant 8 ans. Avant, j'ai habité en Australie et en Allemagne pour mes études.

J'aime les voyages et me faire des amis. Je lis beaucoup de romans. J'adore la cuisine ici. Il y a beaucoup de choses qui sont très différentes entre la Chine et la Belgique.

Je veux prendre le temps de tout connaître.

EN AVRIL, LES JARDINS DE GU YI À SHANGHAI EN CHINE.
MES PENSÉES SONT AUSSI CLAIRES ET LIMPIDES QUE LES FLEURS
APRÈS LA PLUIE





3

Partages Gourmands de nos Pays

Nous avons célébré le repas de fin de l'an avec la nourriture de nos pays. Chaque plat était différent. Un plat d'Italie, un d'Ouganda, un d'Équateur, un d'Écosse et un de Belgique.
– Tommy

3

varié une
lentilles.



Soupe de lentilles

Ingrédients, pour 4 personnes

160 g de lentilles rouges
2 carottes
1 navet
1 panais
1 oignon
1 pomme de terre
1 cube de bouillon de légumes
1/2 cuillère à café de sel
1 pincée de poivre

Préparation

Mettez les lentilles dans un bol. Couvrez-les avec de l'eau. Laissez-les reposer pendant deux heures. Coupez les carottes, le navet, l'oignon, le panais et la pomme de terre en petits morceaux. Mettez le cube de bouillon de légumes dans 1,5 l d'eau bouillante. Dans une casserole, faites frire l'oignon avec un peu de beurre. Versez les lentilles, les légumes et le bouillon dans la casserole. Ajoutez le sel et le poivre et faites cuire la soupe pendant une heure mais vérifiez souvent pour qu'elle ne cuise pas trop. Mixez la soupe et c'est prêt.

Soupe au poulet

Ingrédients

Huile d'olive
Un oignon
Du poulet (coupé en petits morceaux)
Ail haché
Une pomme de terre (coupée en petits cubes)
Un céleri
2 carottes (coupées en carrés)
Petits pois ou haricots frais (ou un autre légume vert)
Un cube de bouillon
Thym
Un demi-verre de vin blanc
Poivre blanc

Préparation

Mettez chauffer l'huile d'olive dans une casserole et ajoutez-y l'oignon, l'ail, le poulet, les carottes, le céleri, la pomme de terre et le thym. Mélangez pendant quelques minutes. Ajoutez les petits pois, le cube de bouillon, le demi-verre de vin blanc, un peu d'eau et un peu de poivre blanc. Laissez bouillir quelques minutes jusqu'à ce que la pomme de terre soit cuite (pas trop).
Et voilà ! Bon appétit !



Sandra Atino
Ouganda

Sandra

La recette pour une bonne compote

(5 ingrédients maximum)

- * Des raisins secs
- * Un peu d'eau
- * Un peu de cannelle
- * Des pommes
- * Un peu de sucre

Une recette offerte par :

Sandra

Bonjour à tous,
Je m'appelle Sandra et je viens d'Ouganda.
J'ai commencé à apprendre le français en 2016 et cela m'a beaucoup aidée.
Maintenant j'ai la confiance de parler sans avoir peur de faire des erreurs, ce qui m'a aidée à me faire des amis facilement.
Le cours de français m'a surtout permis de réussir mon examen de permis de conduire théorique.
Aujourd'hui je suis contente car je peux parler et comprendre le français grâce au cours de français et à notre professeur sérieux et parfois amusant.
Merci pour tout.

Sandra porte en elle, ou plutôt "en germe", cette familiarité ancestrale que les femmes entretiennent avec les semences. Traditionnellement, en Ouganda comme en Wallonie, ce sont les femmes qui veillaient à récolter les graines en fin de saison et à les conserver afin d'assurer l'autonomie alimentaire aux leurs. Ainsi, Sandra s'est tout naturellement enthousiasmée pour le projet "Grainothèque" accueilli à la bibliothèque d'Anhée (en partenariat avec le Plan Communal de Développement de la Nature d'Anhée). À son départ et en guise d'au revoir, on se souvient avec émotion du bel échange de semences de roses trémières (pour son nouveau jardin) contre des graines de luzerne à faire germer pour plus de vitalité dans nos assiettes. Tout un symbole, Sandra !

– Julie Renson



Granolas

Ingrédients

Flocons d'avoine
Fruits secs
Noix
Graines (chia, lin, tournesol...)
Cannelle
Pour le caramel :
Beurre
Sucre brun (un peu)
Miel (beaucoup)

Préparation

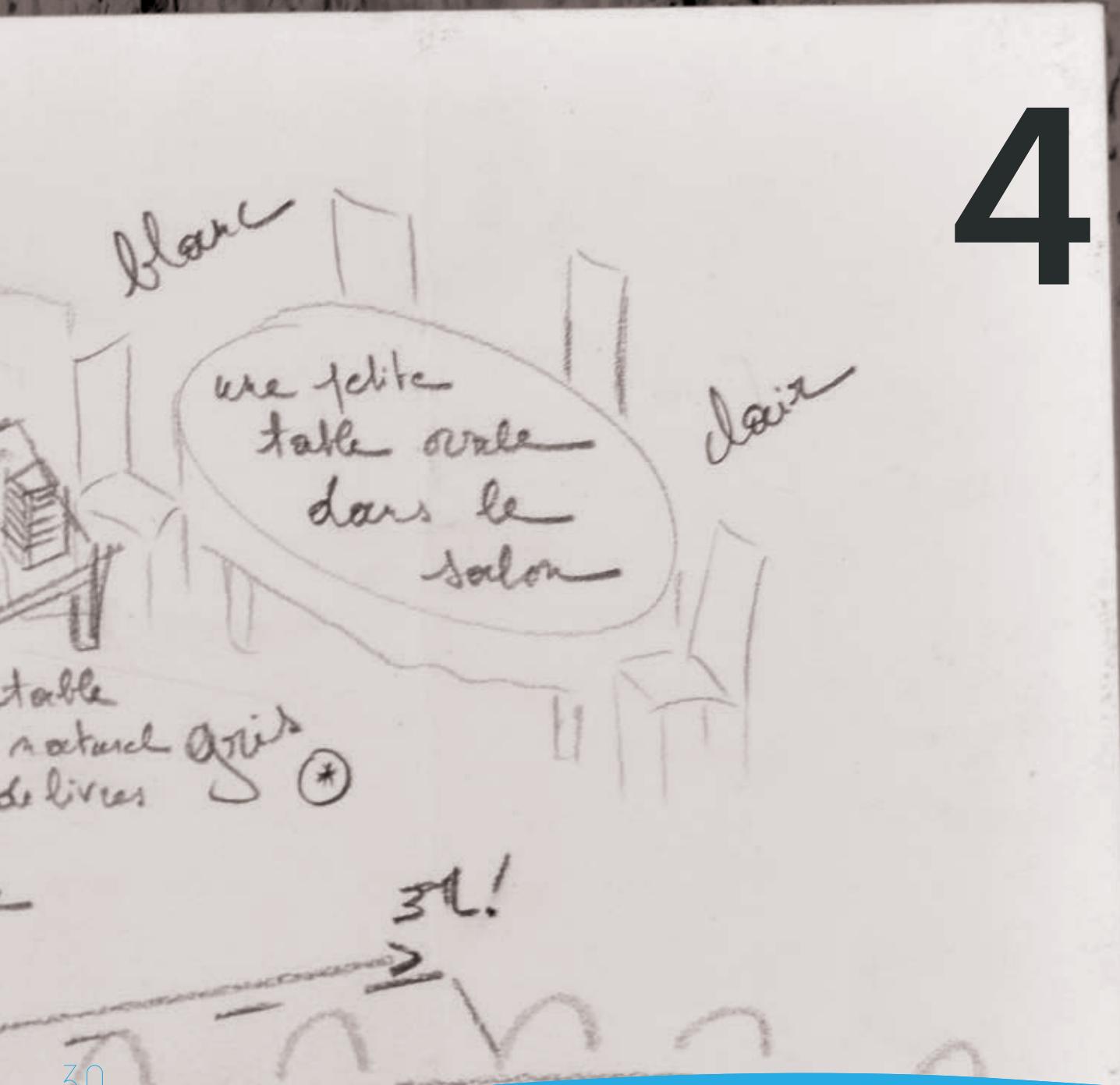
Faites le caramel avec le beurre, le sucre brun et le miel.
Mélangez les noix aux flocons d'avoine.
Mettez-les 5 minutes au four à 180 °C.
Mixez les fruits secs, les graines et la cannelle.
Mixez le tout avec le caramel.
Faites cuire sur la plaque du four 10 minutes à 180 °C.

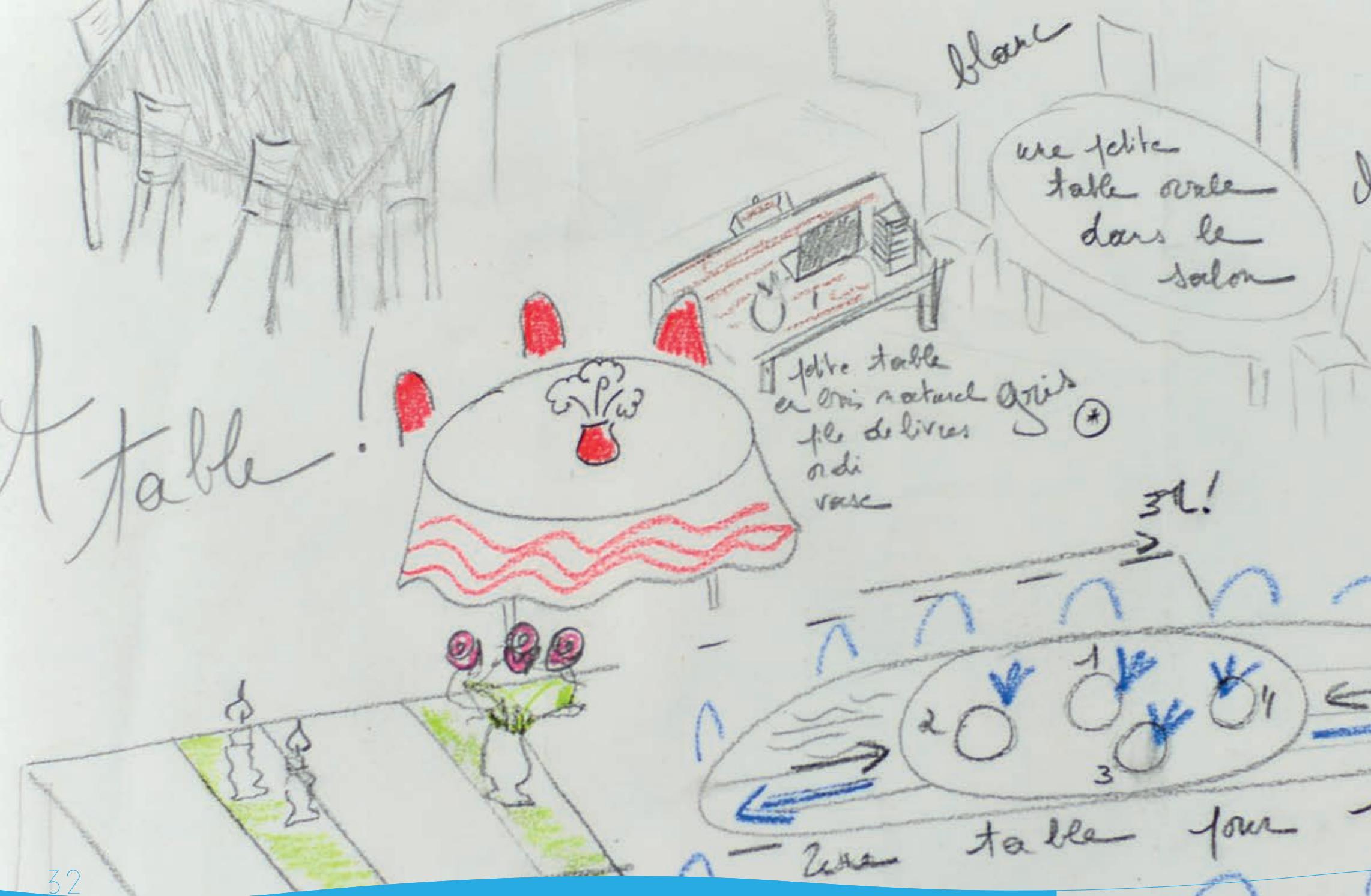
À Table !

À l'image des reliefs d'un joyeux repas, voici de nouvelles traces d'animations proposées au départ de la bibliothèque. Celles-ci sont avant tout l'occasion de passer la porte, de prendre des repères dans ce lieu, d'y exister par l'expression orale, écrite ou graphique inspirée des livres.

Ces rendez-vous réguliers avec l'animatrice en bibliothèque permettent une familiarité bienvenue avec un lieu culturel.

– Julie Renson





Dans nos souvenirs

Dans nos souvenirs, nous avons tous une table bien posée sur ses pieds. Malgré les années, les distances, nous y gardons une place. Il fait bon s'y asseoir le temps que la mémoire s'y retrouve et qu'elle ravive les couleurs d'une nappe ou d'un bouquet, l'éclat de bougies ou de boiseries, les odeurs d'une soupe ou d'une tarte, les bruits de couverts d'une famille réunie... Des images d'intimité se partagent alors et se déposent, crayonnées, juste évoquées.

Fragiles, imparfaites et précieuses, comme nos souvenirs.

– Julie Renson



D'APRÈS LES PAINS DE PICASSO,
ROBERT DOISNEAU (1952)
— ILLUSTRATION JEAN LAVANDY

UN INVITÉ SPÉCIAL POUR SON HUMOUR,
SA GOURMANDISE... ET SA COMÉDIE — SVETLANA



UN JOUR AUQUEL J'AIMERAIS ÊTRE,
CELUI DU MARIAGE DE MON FILS — FRANCESCA



Dresser la table à la façon de Picasso

Prendre une assiette et s'y pencher pour y chercher son reflet et puis, vite, joyeusement, en saisir une trace et y peindre un regard, un sourire, un autoportrait sur carton. S'inviter soi-même à la table du maestro Picasso ! Puis, tirer sur les allonges et ajouter des assiettes sur lesquelles chacun aura croqué les traits d'un convive supplémentaire, qu'il soit de la famille ou bien fantasmé. Quelle tablée !

— Julie Renson

L'HOMME EST MON MARI,
NOUS ALLONS SOUVENT AU
RESTAURANT POUR GOÛTER LA
DÉLICIEUSE CUISINE FRANÇAISE.

J'ADORE LA NOURRITURE
OCCIDENTALE
— JING





SVETLANA DUBOVITSAIA
OUZBÉKISTAN

Svetlana

La recette pour une belle vie

(5 ingrédients maximum)

- * Ma recette est vieille comme l'histoire de notre civilisation.
- *
- * L'amour et seulement l'amour est l'ingrédient le plus important.
- *
- *

Une recette offerte par :
Svetlana

Je viens d'Ouzbékistan.
J'aime l'histoire.
J'aime apprendre et découvrir.
Ma passion est la peinture.

ÉVASION DANS LES RÊVES
PEINTURE À L'HUILE SUR TOILE 40 X 50 CM 2016



Goloubtsy

Ingrédients

1 chou vert pas trop gros
500 g de viande hachée selon votre goût (pourquoi ne pas essayer avec de la dinde ou du poulet ?)
100 g de riz, 4 tomates, 2 oignons
Aneth, crème fraîche
50 g de beurre, d'huile de coco ou d'huile de pépins de raisins
Sel et poivre

Préparation

Faites bouillir le chou entier pendant 10 minutes.
Laissez-le refroidir puis détachez-en les feuilles.
Mélangez la viande hachée crue avec le riz cru également, du sel et du poivre.
Farcissez les feuilles de chou avec le mélange de viande et de riz et refermez-les comme des enveloppes.
Dans une casserole, faites fondre le beurre puis mettez-y les oignons hachés et laissez-les dorer.
Ajoutez-y les tomates coupées.
Après 2 minutes, ajoutez-y les feuilles de chou farcies et versez doucement de l'eau afin de recouvrir le tout.
Laissez cuire 45 minutes.
Servez avec de la crème fraîche froide, de l'aneth et bon appétit !



Fans de Carottes

En juin, le cours de français d'Anhée a fait un barbecue avec le Centre Croix-Rouge Le Bocq à Yvoir. Environ 80 personnes ont participé.

Avec les gens qui venaient d'autres pays nous avons cuisiné ensemble le dîner et nous avons terminé notre journée en dansant. C'est pour nous un beau souvenir. C'est une activité qui a bien marché pour rencontrer beaucoup de personnes de différents pays.

– Jing et Svetlana



avec
toi perde
bio

600

68770189

600

S' AIME
LES CAROTTES

FAN'S

FAN'S



Benoît, il a bien mangé sa soupe quand il était petit. Et Julie aussi !
– Véronique

Une recette, ça doit toujours être adapté en cuisine !
J'ajouterais bien du sel à l'eau de cuisson...
– Svetlana

RIEN NE SE PERD, RIEN NE SE CRÉE, TOUT SE TRANSFORME
– ANTOINE-LAURENT DE LAVOISIER (1743-1794)

Parfois, on doit aussi adapter des recettes “du pays” avec les ingrédients qu'on trouve ici. Pour Tommy, je fais une soupe de lentilles avec des vertes ou des corail à la place des lentilles rouges qu'on utilise en Écosse.
– Michelle

On sait quand on commence, on ne sait pas quand ça se termine ! Une bonne recette à faire collectivement ! Seul, carrément décourageant...
– Tommy

C'est comme d'écosser les petits pois : c'était le travail des enfants, mais on en profitait pour en manger des crus.
– Lucienne

Je me souviens d'un fermier qui nous permettait de venir ramasser des petits pois dans son champ quand j'étais gamin. C'était près d'Onhaye...
– Guy

Moi j'aime glaner de bonnes idées.
– Michelle

Il faudra voir “Les Glaneurs et la Glaneuse” d'Agnès Varda !
– Julie



Potage de fanes de carottes

Ingrédients

1 botte de carottes bio
2 gousses d'ail
6 à 7 brins de ciboule
Graines de tournesol
25 g de riz
Huile d'olive
Sel et poivre

Préparation

Prenez les beaux morceaux des fanes (les “pluches”, pas les tiges !), coupez-les et lavez-les.

Faites cuire le riz, les fanes et l'ail dans de l'eau au départ froide pendant 20 à 25 minutes.

Mixez le mélange de riz, de fanes, d'ail et d'eau avec la ciboule.

Brossez les carottes puis coupez-les en rondelles.

Faites cuire les rondelles de carottes dans un fond d'eau avec de l'huile d'olive. Salez et poivrez.

Servez le potage accompagné de rondelles de carottes et de quelques graines de tournesol si vous aimez.



DANS MA CUISINE ÉCOSSAISE,
DEUX INGRÉDIENTS PHARES : SINGLE MALT WHISKY ET RHUBARB(E)...



Tommy Sillars
ÉCOSSE

Tommy

La recette du bonheur

(5 ingrédients maximum)

- * Être content de ce qu'on a
- * Avoir assez pour vivre
- * Avoir une vie de famille et une vie sociale épanouissantes
- * Vivre libre dans un pays en paix
- * Être conscient de la chance qu'on a

Une recette offerte par :

Tommy

C'EST PAS "DU PICASSO" !
- TOMMY, AUTO PORTRAIT SUR ASSIETTE



Poulet casseroles

Ingrédients, pour 4 personnes
4 filets de poulet
1 poivron rouge, 1 vert et 1 jaune
1 oignon
1 boîte de sauce aux champignons
Huile de tournesol

Préparation

Coupez les 4 filets de poulet en petits morceaux.
Cuisez-les dans une poêle avec de l'huile de tournesol jusqu'à ce qu'ils deviennent dorés.
Mettez-les chauffer à feu doux dans une casserole.
Coupez l'oignon et les poivrons en petits morceaux.
Mettez l'oignon et les morceaux de poivrons dans la poêle et faites-les frire jusqu'à ce que l'oignon soit doré.
Mettez le contenu de la poêle dans la casserole.
Ajoutez une boîte de sauce aux champignons et mélangez.
Mettez le tout dans un plat au four à 180 °C pendant 30 minutes et servez.

La vie et travail de Tommy Sillars
Je m'appelle Tommy et je suis écossais. Je suis étudiant du cours de français. J'habite à Godinne avec ma femme belge depuis sept ans. Nous avons tous les deux aimé cette région, donc nous sommes installés ici. Je suis retraité mais il y a assez de travail dans le jardin pour me garder occupé. Parfois nous nous promenons le long du halage de la Meuse pour faire de l'exercice. Du côté culturel, nous allons en été aux concerts du Festival de l'Été Mosan de musique classique et en hiver nous allons au théâtre.

J'ai commencé ma vie professionnelle au chantier naval de John Brown à Clydebank. Après avoir terminé mon apprentissage je suis allé à la marine marchande travailler pour la Blue Star Line. J'ai fait trois voyages à bord de l'Australia Star en Nouvelle-Zélande pour apporter de la viande surgelée en Grande-Bretagne. J'ai quitté cette compagnie et j'ai été engagé par la compagnie Mobil deux ans plus tard. J'ai voyagé à bord de pétroliers de la société Mobil pendant cinq ans puis je l'ai quittée pour me marier. J'ai commencé à travailler pour la poste après mon mariage et j'ai travaillé là comme officier technique jusqu'à ma retraite. J'ai mis une photo de deux pétroliers. Le plus petit est mon premier bateau Sylvan Arrow et le plus grand est mon dernier bateau Mobil Astral.

LE SYLVAN ARROW ET LE MOBIL ASTRAL





Épilogue

Les recettes faites avec de simples ingrédients que vous avez trouvées dans notre livre pourront agréablement changer votre vie. Notre livre se termine et nous sommes un peu tristes. C'était agréable pour nous de créer ce livre ensemble, pas seulement les recettes, mais aussi les expériences de nos vies. Notre cher lecteur !!! Merci. Merci pour votre patience. Nous espérons que nous pourrions créer ensemble d'autres livres parce qu'au cours nous apprenons la cuisine, la vie et toute la langue française.
– Svetlana

Faire ce livre était une expérience très intéressante. Nous nous sommes beaucoup amusés avec mes camarades de classe. C'était un moyen de partager nos idées, nos passions, nos désirs et nos cultures. Le projet est de divertir nos lecteurs, nous espérons avoir réussi.

P.-S. : mélangez les bons ingrédients, vous aurez une vie meilleure.
– Francesca

Nous avons fait de notre mieux pour faire un livre intéressant pour nos lecteurs. Je pense que nous avons atteint le but du livre avec les activités dans le monde "réel" aussi bien que dans la salle de cours. J'espère que les lecteurs ont compris comment la "recette de vie" et l'apprentissage du français viennent ensemble pour faire un livre.

Si c'est le cas nous sommes très contents. Je suis content d'avoir participé à la production de ce livre et d'avoir participé à toutes les activités. J'ai aimé faire ce livre avec mes amis "Bricolangue" et j'espère faire beaucoup de projets avec eux à l'avenir.
– Tommy



POUR LE DIRE AVEC DES FLEURS :
PROMENER SON REGARD DANS DES LIVRES DE BOTANIQUE
CUEILLIR DES FLEURS DE PAPIER
S'Y METTRE À PLUSIEURS POUR LES AGENCER EN BOUQUET
Y GLISSER NOS NOMS COMME QUELQUES PÉTALES DE PLUS
OFFRIR !
— JULIE RENSON



Anne-Pascale qui jette des ponts et tisse des liens

Benoît qui a su fermement baliser ce chemin de ses empreintes de géant

Corinne et Luigi pour leur chaleureux accueil dans l'échoppe italienne

Édouard qui livre la vie sur un plateau graphique

Étienne pour son levain de sagesse

Francine pour sa confiance bienveillante

Francis de garder jeune la maison

Giovanna pour les épaules qu'elle a !

Isabelle de renforcer la solidarité

Jean pour son audace à croquer le Maestro

Julie d'être une complice animée

L'équipe du Perron de l'Ilon d'habiller les apprenants-cuisiniers

Merci à

L'équipe et les résidents du Centre d'accueil Croix-Rouge pour demandeur.se.s d'asile Le Bocq pour leur accueil et le partage des cultures

Le Fourneau ASBL pour ses livraisons de beauté et de vitalité

Marie d'avoir tendu la toile de nos canevases

Nicolas qui nous a fait une place au terroir

Paul-Marie d'avoir mis un toit sur notre table

Philippe d'avoir immortalisé nos instants

Philippe pour son inspiration en cadeau

Sergio pour les fruits du souvenir

Sylvie de croire si fort en nos cohésions

Virginie pour sa disponibilité à deux pas

Toutes les personnes qui ont manifesté leur intérêt pour notre projet



Bibliographie et partenaires

Dimitri Belayew et Philippe Lavandy, *Paysages. Mémoire de nos territoires*, Anhée, 2017.

Philippe Claudel, *Parfums*, Stock, Paris, 2012.

Katy Couprie et Antonin Louchard, *Tout un monde* (1999), *Au jardin* (2008), *À table* (2019), Éditions Thierry Magnier, Paris.

Philippe de Kemmeter, *La recette*, Fédération Wallonie-Bruxelles, 2016.

Annie François et Olivier Besson, *Fanes, épluchures et trognons*, Le Zouave, Paris, 2000.

Mille et une bouches. Cuisines et identités culturelles, Éditions Autrement, Paris, 1995.

Voyages gourmands aux Prés Saint-Jean. Livre de recettes (comme à la maison), Maison de Quartier Prés Saint-Jean, Chalon-sur-Saône, 2007.

Carsten-Peter Warncke, *Pablo Picasso 1881-1973*, Taschen, Cologne, 2006.

Les ouvrages cités constituent les principales ressources bibliographiques du projet. Néanmoins, dans le cadre des animations réalisées en bibliothèque, de multiples ouvrages supplémentaires ont été utilisés. Ils ne peuvent tous être mentionnés ici.



CIEP de la Province de Namur
place l'Ilon, 17 – 5000 Namur
081/83.05.07 moc.namur@lilon.be



Bibliothèque d'Anhée
place Communale, 14 – 5537 Anhée
082/21.92.13 biblio.anhee@skynet.be



Bibliothèque de Denée
place F. de Montpellier, 11 – 5537 Denée
071/70.26.60 biblio.anhee@skynet.be



CPAS d'Anhée
chaussée de Dinant, 9/2 – 5537 Anhée
082/61.14.33 isabelle.meszaros@anhee.be



CPAS d'Yvoir
rue du Maka, 4 – 5530 Yvoir
082/21.49.30 cpas@yvoir.be



Province de Namur
place Saint-Aubain, 2 – 5000 Namur
081/77.67.00 www.province.namur.be



PCS d'Anhée
place Communale, 6 – 5537 Anhée
082/69.86.33 virginie.simon@anhee.be



PCS d'Yvoir
rue du Maka, 4 – 5530 Yvoir
082/21.49.35 sylvie.haumont@yvoir.be



Commune d'Anhée
place Communale, 6 – 5537 Anhée
082/69.86.33 virginie.simon@anhee.be



Commune d'Yvoir
rue de l'Hôtel de ville, 1 – 5530 Yvoir
082/61.03.10 accueil@yvoir.be



Agence de Développement Local d'Anhée
place Communale, 6 – 5537 Anhée
082/69.86.35 adlanhee@gmail.com

Imprimerie provinciale de la Province de Namur
rue Eugène Thibaut, 1 – 5000 Namur
081/77.67.66
imprimerie@province.namur.be

La recette

... pour ...
faire une grasse matinée
(5 ingrédients maximum)

- *
- *
- *
- *
- *

Une recette offerte par :

La recette

... pour ...
atteindre le sommet de la montagne
(5 ingrédients maximum)

- *
- *
- *
- *
- *

Une recette offerte par :

La recette

... pour ...
échapper à un fantôme
(5 ingrédients maximum)

- *
- *
- *
- *
- *

Une recette offerte par :

Mes recettes de vie

La recette

... pour ...
faire battre son cœur
(5 ingrédients maximum)

- *
- *
- *
- *
- *

Une recette offerte par :

La recette

... pour ...
ne pas bronzer idiot
(5 ingrédients maximum)

- *
- *
- *
- *
- *

Une recette offerte par :

La recette

... pour ...
un bon cours de français
(5 ingrédients maximum)

- *
- *
- *
- *
- *

Une recette offerte par :

La recette

... pour ...
une bonne vie dans un village
(5 ingrédients maximum)

- *
- *
- *
- *
- *

Une recette offerte par :

Mes notes personnelles

quelques recettes de vie

Voici un livre de recettes qui est davantage une invitation aux voyages et aux rencontres profondément humaines.

“Quelques Recettes de Vie” puisqu’on y voyage tant en cuisine que dans des territoires plus philosophiques. Les nourritures terrestres qui nous font vivre sont ici intimement mêlées aux conseils de femmes et d’hommes dont les expériences de vie se partagent en toute humanité.

Glanées au fil de rencontres régulières ou plus improbables et souvent festives, toutes ces recettes sont généreusement transmises dans cet ouvrage qui témoigne aussi de cheminements, d’apprentissages et d’émancipations à travers les mots, les livres, la culture.

Si “Ventre affamé n’a point d’oreilles”, sans doute n’a-t-il pas non plus de parole, de culture, de projets ! Au fil des pages, chacun pourra s’en convaincre et se nourrir de tout ce qui fait le sel de la vie.

Pour nom d’auteurs, les apprenants ont choisi Bricolange. *Brico* évoque le bricolage, ce travail fait d’étapes et de progrès dans leur apprentissage de la *langue*, le français.

À y regarder de plus près, les lettres de *Brico* sont les premières lettres des pays des apprenants dont vous allez découvrir les portraits. N’oublions pas le *B* initial pour la *Belgique* et le *e* final pour l’*Écosse* de Tommy !

