

LAIT

Le journal des amateurs de lait.

TOUT CE QUE TU AS
TOUJOURS VOULU SAVOIR
SUR LE LAIT

L'ESSENCE DU LAIT

L'ORIGINE

LES LIEUX

LES CONTENANTS

LES ACCORDS CULINAIRES

**LE LAIT DANS TOUTS
SES ETATS**

LES HOMMES

jeux

Que contient quoi ?

Jeu des différences

Mémoire

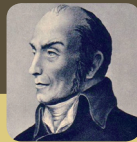
Voyage au pays des vaches laitières

Invente ta charade du lait

quiz et test

L'ESSENCE du lait

Ben ça alors ! Le mot LAIT correspond au lait de la vache. Lorsque l'on veut parler d'un autre animal, il faut ajouter son nom à la suite : LAIT de chèvre, LAIT de brebis, LAIT d'ânesse...



HISTOIRE

La pasteurisation est le procédé inventé par Louis Pasteur qui l'utilisa en 1865 pour maîtriser la qualité du vin en détruisant les germes. Mais le procédé fut en réalité mis au point dès 1795 par Nicolas Appert qui l'appliquait déjà au lait, au vin et à la bière. Un procédé qui consiste à chauffer le liquide pour réduire les micro-organismes qu'il contient et le tenir hors de contact de l'air. En affinant ce procédé, on a enfin rendu le lait accessible à tout le monde : on chauffe le lait à une température comprise entre 60 et 90°C (c'est-à-dire sans ébullition) suivi d'un refroidissement rapide et on le maintient à une température de 4°C. Mais, ce sont les Suisses qui, en mettant au point le procédé de stérilisation (chauffe du lait à 140-150°C pendant 2 à 5 secondes puis mise en brique-carton opaque) vers 1962, ont fait du lait un produit de grande consommation.

QUIZ

Quel moment du lait es-tu ?



Coche la réponse qui te correspond le mieux.

1- Dans quoi bois-tu ton lait ?

- A Un bol
- B Un mug
- C Un verre

2- Que mets-tu dans ton lait ?

- A Des céréales
- B Du chocolat
- C Du sirop de fraise

3- Tu prépares une pâte à crêpes :

- A Le liquide utilisé est 100% du lait
- B Tu n'utilises que de l'eau
- C Tu mets moitié eau, moitié lait

4- Tu viens de faire ton heure de sport, quelle boisson consommes-tu pour une meilleure récupération ? :

- A Du lait aromatisé
- B Un soda
- C Un café

5- Tu construis ton squelette jusqu'à la fin de ta croissance. En quelle quantité, consommes-tu des produits laitiers ?

- A Un verre par jour, un yaourt et du fromage
- B Plusieurs verres par jour
- C Un verre par jour

6- Quelle est ta couleur préférée ?

- A Le blanc
- B Le bleu
- C Le jaune

7- Tu préfères consommer le lait :

- A Nature
- B En purée avec des pommes de terre ou des carottes
- C Dans une crème dessert

8- Lorsque tu rentres de l'école, quel est ton premier réflexe :

- A Boire un grand verre de lait
- B Manger des bonbons
- C Manger des chips

A Un maximum de
Tu es un amateur inconditionnel de lait à tous les moments de la journée. Et en plus tu en as compris les qualités pour ton corps : le plein de calcium et de protéines.

B Un maximum de
Un peu de lait au petit déjeuner, un peu de lait dans les recettes de cuisine ! Ce n'est pas suffisant. Ajoute un morceau de fromage et des yaourts pour avoir assez de protéines et de calcium.

C Un maximum de
Amateur de lait au verre, tu peux en boire à tous les repas. C'est parfait. Complète avec un peu de fromage et le tour est joué : tu auras la quantité suffisante de protéines et de calcium contenus dans les produits laitiers et nécessaires pour ton âge.

Dans un litre de lait



Mais qu'est-ce qu'on peut faire avec du lait ?

L'ORIGINE du lait

jeu

Les différences



Amuse-toi à comparer ces images, entre le Néolithique et aujourd'hui. Retrouve les différences.



Quelqu'un peut-il me dire d'où vient le mot LAIT ?

Il faut savoir que l'une de nos langues originelles, en Europe, est l'indo-européenne. Et dans cette langue, c'était le mot *mely* qui désignait le lait. Ça ne te rappelle rien ? Il se rapproche de *milk* en anglais et *milch* en allemand... Alors, pourquoi lait en français ? Parce que la racine indo-européenne a laissé place à la racine grecque : *galactos* qui, a perdu au fil du temps ses « ga » et a vu son « ac » transformé en « ai ».

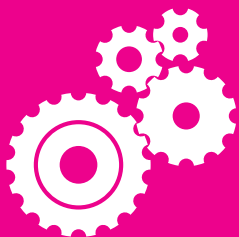
HISTOIRE

Une fois l'homme sédentarisé, la domestication des animaux a pu débuter. Au Néolithique, soit près de -10 000 avant JC les hommes passent de chasseurs-cueilleurs à éleveurs-cultivateurs.

C'est aussi à partir de cette période qu'apparaissent les premiers fromages frais fabriqués à partir du lait de l'aurochs femelle.

Teste tes connaissances

Tu peux voir sur les emballages des produits alimentaires 5 signes officiels d'identification de la qualité et de l'origine sous la forme de logos. Trace une flèche pour faire correspondre chaque logo à sa définition.



Les caractéristiques d'un produit alimentaire, agricole ou viticole (vin) sont liées à sa seule origine géographique (IGP).



Le mode de production agricole biologique lié à un produit agricole ou alimentaire respecte la biodiversité, la préservation des ressources naturelles et assure un niveau élevé au bien-être animal.



Les caractéristiques d'un produit alimentaire sont liées à une composition (la recette), des méthodes de fabrication ou de transformation fondées sur une tradition (STG).



Les caractéristiques d'un produit alimentaire sont liées à son origine géographique où les principales étapes de production sont réalisées et au savoir-faire reconnu de ceux qui le produisent (AOP).



Une qualité supérieure aux autres produits de la même famille est reconnue à ces produits alimentaires par leurs conditions de production et de fabrication spécifiques.

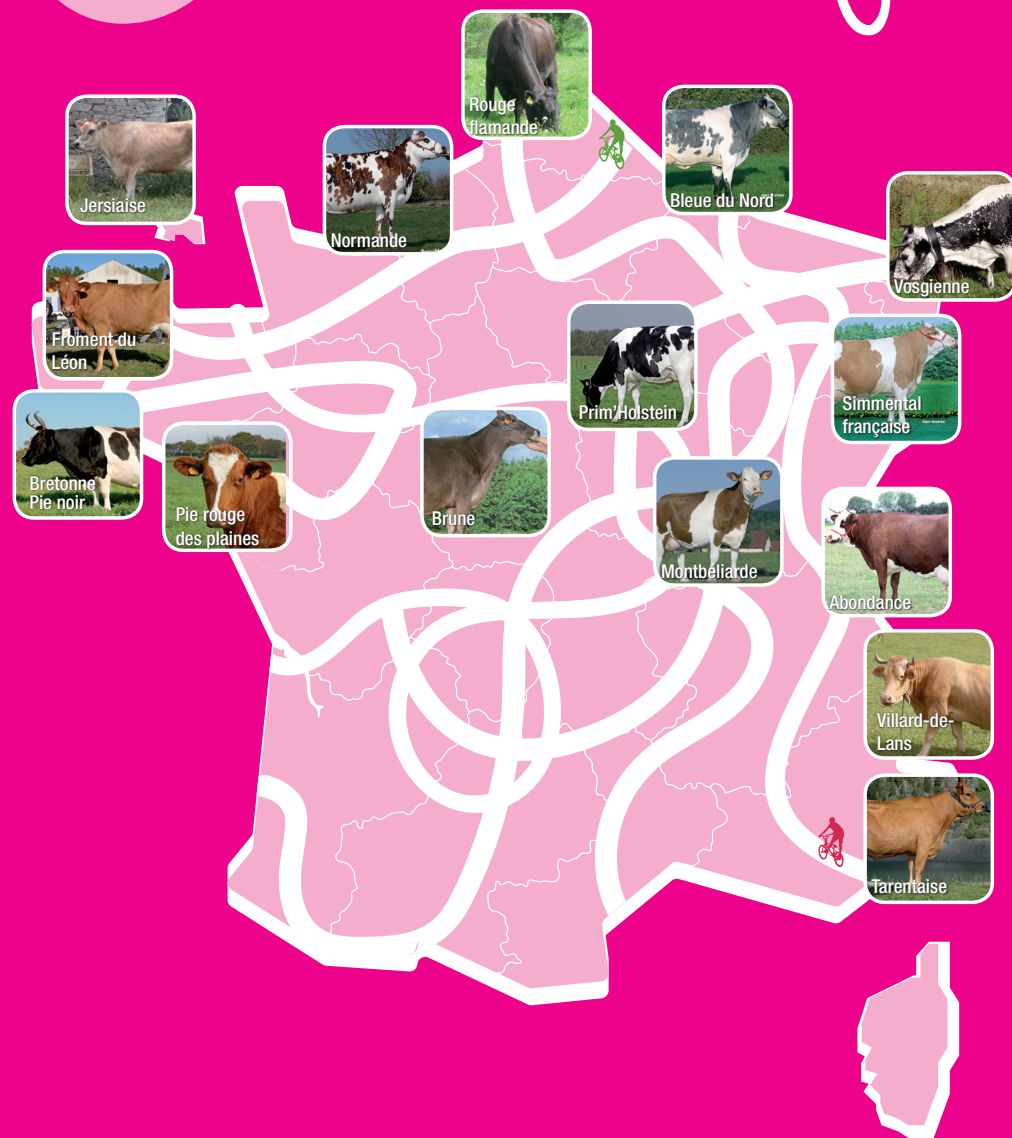


« Si l'on donnait du café aux vaches, on traiterait du café au lait. »

Pierre Dac

jeu

Voyage au pays des vaches laitières



Jules est en vacances. Il part à la rencontre des vaches laitières dans leur région d'origine. Il part à vélo à la recherche de la vache Normande, puis poursuit son chemin à la rencontre de la Pie rouge des plaines. Au passage, il croise la Froment du Léon et la Bretonne Pie noir.

- Trace la route de Jules à l'aide d'une flèche verte.
- Pourquoi Jules ne croise-t-il pas la Jersiaise ?
- Trace une flèche rouge pour indiquer sa nouvelle route.
- Zut, il en a raté deux sur sa route ! Lesquelles ?

Prépare avec Jules ses prochaines vacances : d'abord la Tarentaise, l'Abondance, la Simmental française, la Vosgienne, et enfin la Bleue du Nord.

HISTOIRE

Une légende de la mythologie grecque explique que notre galaxie a été créée par Héraclès quand il était bébé. Né d'un Dieu, Zeus, et d'une humaine, son père voulait qu'il devienne immortel. Pendant le sommeil de sa femme, la déesse Héra, il lui pose l'enfant sur son sein pour le nourrir. Mais, réveillée en sursaut et voyant qu'elle allaitait un enfant inconnu, Héra le repoussa et son lait se répandit dans le ciel créant ainsi la Voie Lactée.



BLAGUE
« Un belge est mort en buvant du lait. Pourquoi ? »
La vache s'est assise !

jeu

Mémoire

LES LIEUX du lait

*Tu as 1 minute pour
regarder le dessin
de tous les lieux qui
concernent le lait puis
retourne le poster
et réponds au jeu
Mémoire.*



Camion-citerne



Sac papier de 25 kg



Éprouvette

Mamelle



Camion de livraison



Tank à lait



Tuyaux

Que contient quoi, pour quoi ?

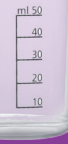
Trouve la lettre qui définit chaque contenant.

- A** Sert à prélever un échantillon de lait pour l'analyser
- B** Indispensable pour chauffer le lait ou préparer une crème anglaise
- C** Peut contenir 125 ml de lait froid (ou 12,5 cl ou 1/8° de litre de lait) pour mon goûter
- D** Refroidit et stocke le lait avant la collecte
- E** Vaisselle pour une purée carotte/lait
- F** Conditionnement pour lait concentré sucré nature ou non
- G** Contient environ 400 ml de lait chaud ou froid (ou 40 cl) pour un bon petit déjeuner
- H** Mesure les ingrédients d'une recette (en cl pour le lait)
- I** Protège le lait stérilisé UHT jusqu'à sa consommation, recyclé et recyclable
- J** Est l'organe de la vache qui contient le lait jusqu'à la traite
- K** Contient 250 ml de lait au miel (ou 25 cl) pour bien dormir
- L** Grâce à nous, le lait est protégé de l'air et de la lumière, il ne s'altère pas
- M** Second conditionnement pour emballer le lait après le contenant de la lettre I
- N** Composé de plusieurs couches de papier, il sert d'emballage au lait en poudre
- O** Véhicule servant à la collecte du lait
- P** En matériau recyclable à l'infini, conditionnement très utilisé autrefois
- Q** Véhicule servant à acheminer le lait vers les magasins

LES CONTENANTS du lait



Verre doseur



Tube



Bouteille verre



Brique de lait en carton



Bouteille plastique



Casseroles



Assiette



Verre



Mug

Pour quel usage ?

Classe les lettres qui correspondent à chaque catégorie. Attention certaines lettres peuvent appartenir à plusieurs catégories.

TRANSPORT

CONSERVATION

MESURE

CONSOMMATION

LES ACCORDS culinaires

jeu

Y a-t-il du lait
dans la recette ?

Le lait est consommé seul ou utilisé
comme ingrédient dans beaucoup
de recettes. Regarde bien ces photos
et à toi de deviner s'il y a du lait
dans la liste des ingrédients ou pas.
(Entoure ta réponse).



Purée de carottes

LAIT PAS LAIT



Riz au lait

LAIT PAS LAIT

Gaufres

LAIT PAS LAIT

Sauce Béchamel

LAIT PAS LAIT

Flan aux légumes

LAIT PAS LAIT



Crème anglaise

LAIT PAS LAIT

Cochon de lait

LAIT PAS LAIT

Sorbet au melon

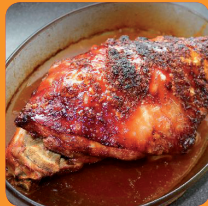
LAIT PAS LAIT

Glace au chocolat

LAIT PAS LAIT

Yaourt à la confiture de lait

LAIT PAS LAIT



jeu

Mur de mots

PEAU DU
LAIT
DE VACHE

ULTRA HAUTE TEMPÉRATURE (UHT)
UNE GOUTTE DE LAIT

DANS SA VOLONTÉ DE SUPPRIMER
LES INTERMÉDIAIRES, IL CHERCHAIT
LE MOYEN DE PASSER DIRECTEMENT
DU FOIN AU LAIT SANS PASSER PAR
LA VACHE ALPHONSE ALLAIS

FERMIER BATTRE
LAITIER FIXER

UN SOUPÇON DE LAIT

PERRETTE SUR SA TÊTE AVANT
UN POT AU LAIT
BIEN POSÉ SUR UN
COUSSINET JEAN DE LA FONTAINE

PAIN AU LAIT

ENTIER

ÉCRÉMÉ

DEMI ÉCRÉMÉ

PASTEURISÉ

SOUPE AU LAIT

PETIT LAIT

VACHE À LAIT

BLANC

CONFITURE DE LAIT

CAILLÉ

FERMENTÉ

CONCENTRÉ

BIOLOGIQUE

BOUILLANT

CHAUD

TIÈDE

FROID

GLACÉ

GIVRÉ

OUVREZ LES YEUX ! LE MONDE EST ENCORE INTACT :
IL EST VIERGE COMME AU PREMIER JOUR,
FRAIS COMME LE LAIT ! PAUL CLAUDEL

« Un enfant, c'est comme le lait
sur le feu. Il faut le surveiller
pour ne pas qu'il déborde. »

Parole de Lume, internaute

La recette du crapiaux du Morvan

INGRÉDIENTS / POUR 6 PERSONNES :

- 3 œufs
- 1 pincée de sel
- ½ litre de lait
- 3 pommes
- 300 g de farine
- sucre en poudre
- beurre pour la poêle



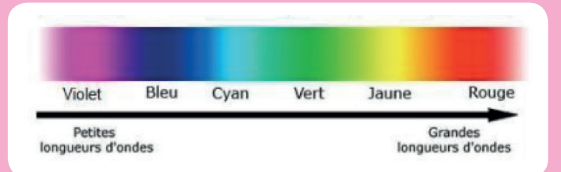
PRÉPARATION :

Seul : dépose la farine dans le saladier en faisant un cratère, ajoute les œufs entiers, la pincée de sel et petit à petit incorpore la farine au mélange avec une cuillère en bois.
Avec l'aide d'un adulte : épluche les pommes et coupe-les en lamelles fines. Mets un peu de beurre au fond d'une poêle, étale une bonne louche de pâte (plus épaisse que pour une crêpe normale) et dépose dessus des lamelles de pommes. Cuire le crapiaux 2 à 3 minutes puis le retourner et cuire encore 2 minutes.

Seul et avec des amis : place-le sur une assiette et saupoudre de sucre glace ou étale de la confiture de lait par exemple.

J'ai toujours voulu savoir pourquoi le lait est blanc !

La couleur est perçue par l'œil et interprétée par le cerveau. Le blanc est le mélange de toutes les couleurs. La lumière apparaît comme blanche, le lait aussi. Que le lait contienne plus ou moins de protéines et plus ou moins de matières grasses, explique que le lait soit plus ou moins blanc. En effet, les deux ne se dissolvent pas dans l'eau dont le lait est composé à 88% et renvoient les rayons lumineux qu'elles reçoivent. D'autre part, le lait n'en absorbe aucun parce qu'il est opaque.

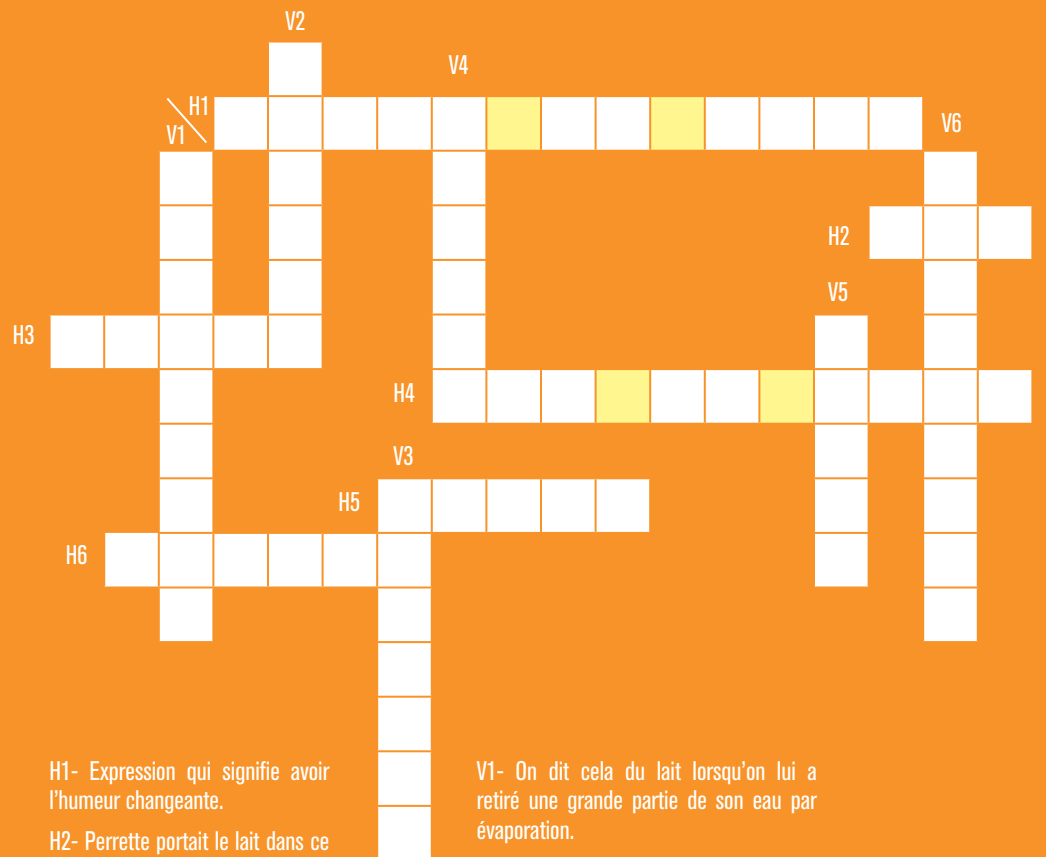


Constata par toi-même les différences de blanc :

- plus blanc : lait entier (bouchon rouge)
- moyennement blanc : lait demi-écrémé (bouchon bleu)
- blanc légèrement teinté de bleu : lait écrémé (bouchon vert)



Retrouve dans le mur de mots ci-contre les douze mots qui correspondent aux définitions ci-dessous. Raye-les au fur et à mesure que tu les as trouvés.



H1- Expression qui signifie avoir l'humeur changeante.

H2- Perrette portait le lait dans ce récipient.

H3- Le lait peut être d'ânesse, de brebis, de chèvre mais le plus souvent il est de ...

H4- C'est une recette de riz sucré.

H5- Le lait peut se consommé bouillant, chaud, tiède ou ...

H6- Verbe qui permet de tirer le lait à la vache.

V1- On dit cela du lait lorsqu'on lui a retiré une grande partie de son eau par évaporation.

V2- C'est la forme que prend le lait lorsqu'il tombe d'une pipette.

V3- Se dit du lait lorsqu'il n'a pas été écrémé.

V4- C'est lui qui traite les vaches.

V5- C'est la couleur du lait.

V6- Tu en mets sur tes tartines mais plus souvent à la fraise qu'au lait

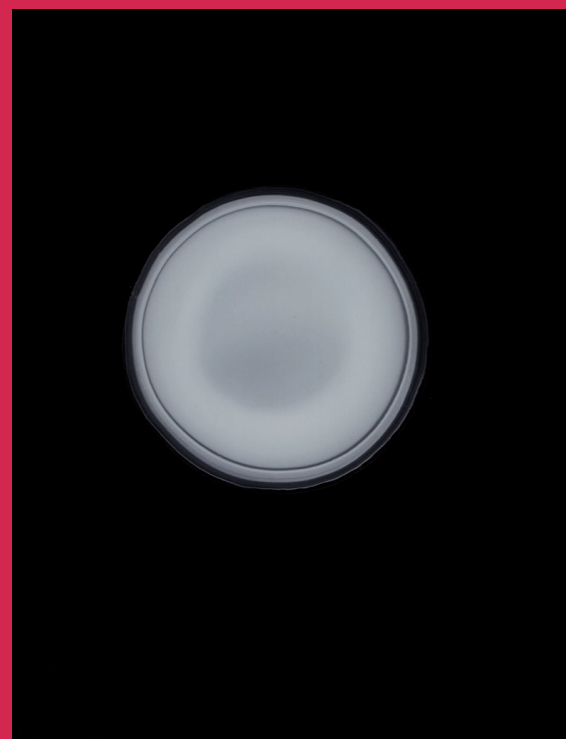
Le lait DANS TOUS SES ÉTATS

Actuellement il y aurait autour de 458 « Journées Mondiales de... » répertoriées dans le monde soit plus d'une par jour. Évidemment, il existe une **Journée Mondiale du Lait** célébrée dans plus de 40 pays à travers le monde. Elle a lieu le 1^{er} juin de chaque année.



« Sa ferme est si petite que ses vaches ne donnent que du lait concentré »

Jean-Loup Chifflet, écrivain



Sais-tu ce que c'est ?



FABLE

Perrette n'existe pas que dans une publicité bien connue qui passe à la télévision. Elle est l'héroïne d'une fable de Jean de la Fontaine (1621-1695) parue dans le Livre 7 des Fables et est l'une des rares fables où le personnage principal n'est pas un animal mais une femme. Elle a même été illustrée par Gustave Doré (1832-1883) dans l'un de ses tableaux.

Dès le début, on se croirait au théâtre puis, nous rentrons directement dans la pensée de Perrette ce qui donne de l'humour à la fable.



Perrette et le pot au lait

Perrette sur sa tête ayant un Pot au lait
Bien posé sur un coussinet,
Prétendait arriver sans encombre à la ville.
Légère et court vêtue elle allait à grands pas ;

Que je verrai sauter au milieu du troupeau ?
Perrette là-dessus saute aussi, transportée.
Le lait tombe ; adieu veau, vache, cochon, couvée ;
La dame de ces biens, quittant d'un œil marri
Sa fortune ainsi répandue,
Va s'excuser à son mari
En grand danger d'être battue.
Le récit en farce en fut fait ;
On l'appela le Pot au lait.
Quel esprit ne bat la campagne ?
Qui ne fait châteaux en Espagne ?
Picrochole, Pyrrhus, la Laitière, enfin tous,
Autant les sages que les fous ?
Chacun songe en veillant, il n'est rien de plus doux :
Une flatteuse erreur emporte alors nos âmes :
Tout le bien du monde est à nous,
Tous les honneurs, toutes les femmes.
Quand je suis seul, je fais au plus brave un défi ;
Je m'écarte, je vais détrôner le Sophi ;
On m'élit roi, mon peuple m'aime ;
Les diadèmes vont sur ma tête pleuvant ;
Quelque accident fait-il que je rentre en moi-même ;
Je suis gros Jean comme devant.

Ayant mis ce jour-là, pour être plus agile,
Cotillon simple, et souliers plats.
Notre laitière ainsi troussée
Comptait déjà dans sa pensée
Tout le prix de son lait, en employait l'argent,
Achetait un cent d'œufs, faisait triple couvée ;
La chose allait à bien par son soin diligent.
Il m'est, disait-elle, facile,
D'élever des poulets autour de ma maison :
Le Renard sera bien habile,
S'il ne m'en laisse assez pour avoir un cochon.
Le porc à s'engraisser coûtera peu de son ;
Il était quand je l'eus de grosseur raisonnable :
J'aurai le revendant de l'argent bel et bon.
Et qui m'empêchera de mettre en notre étable,
Vu le prix dont il est, une vache et son veau,

La morale de cette histoire est « qu'il ne faut pas prendre ses rêves pour la réalité ».

Dans mes rêves, j'adore acheter du lait

Si toi aussi, tu rêves de lait, regarde la correspondance :

- **rêver de lait** signifie que tu recherches une protection ou bien que tu cherches à faire une bonne action
- **boire du lait** est un signe de protection contre les problèmes ou un signe de dispute
- **se laver avec du lait** révèle un mauvais choix (pour un garçon), une rencontre amoureuse (pour une fille)
- **acheter du lait** prédit joie et argent



BLAGUE

« Comment fait-on pour empêcher le lait de tourner ? »

On le met dans une casserole carrée.

CHARADES AVEC LE MOT LAIT

Mon premier aime le lait
Mon second est bu par mon premier
Mon tout est une habitation de montagne
Châlet

Mon premier est une boisson
Mon second est une boisson
Mon troisième est une boisson
Mon tout est une boisson

Café Eau lait (café au lait)

INVENTE TA PROPRE CHARADE AVEC LE MOT LAIT

.....

.....

.....

.....

LES HOMMES du lait

“ Il faut être à la fois rigoureux et vigilant (...) et se rappeler qu'on travaille sur un produit vivant : le lait. C'est ce qui me plaît ! ”

Michel, analyste qualité

Des métiers de la transformation : technicien de la qualité, responsable de maintenance et équipement, métiers du marketing, achats et logistique, gestion...

“ Je suis là pour discuter avec l'éleveur. Il faut bien saisir ses besoins. L'objectif est d'envisager les meilleures réponses, non pas pour lui, mais avec lui. ”

Bertrand, conseiller en bâtiment d'élevage

Des métiers du conseil et des services : fournisseur, technicien de laboratoire d'analyse du lait, métiers de l'environnement, vétérinaire...

“ J'aime profondément le contact avec les animaux. Je considère le troupeau (de mon patron) comme le mien et j'en suis fier. ”

Cédric, vacher

Des métiers de l'élevage : éleveur de vaches, vacher, agriculteur...



Test des métiers

Entoure le symbole géométrique pour savoir quel métier te conviendrait : élevage, transformation, services



1- Si tu avais le choix, où voudrais-tu vivre ?

- ◆ À la campagne
- À la ville
- À la montagne

2- Tu ne conçois pas le travail sans :

- Le contact avec les hommes
- ◆ Le contact avec les animaux
- Être autonome dans ta mission

3- Ton vœu professionnel pour plus tard serait de :

- Travailler en équipe
- ◆ Être indépendant
- Travailler avec d'autres personnes mais pas tout le temps

4- Tu tiens particulièrement :

- À avoir des vacances
- ◆ À ne pas quitter ta maison
- À être plutôt mobile dans ta vie professionnelle

5- Dans ta vie quotidienne, tu te considères :

- ◆ Très autonome
- Peu autonome
- Ayant besoin d'être stimulé par mes copains pour bouger

6- Tu es :

- ◆ Un lève-tôt
- Un couche-tard
- Un gros dormeur

7- En cas de travail en groupe ?

- Tu aimes répartir les tâches
- Tu préfères suivre les indications de tes camarades
- ◆ Tu n'aimes pas le travail en groupe

8- Comment est ta chambre ?

- ◆ Chaque chose est à sa place
- En bazar et ça n'a pas d'importance
- En bazar et tu t'y retrouves

9- Comment es-tu ?

- ◆ Plutôt sportif, toujours dehors
- Plutôt casanier, devant l'ordinateur ou la télévision
- Un peu des deux, dedans/dehors

10- Au niveau de ton caractère, dirais-tu ?

- ◆ Que tu aimes être surpris
- Que tu n'aimes pas les surprises, bonnes ou mauvaises
- Que tu t'arranges pour qu'on te laisse tranquille

nussi pour mesurer la production de lait des vaches et la qualité de ce lait. Un peu dedans et beaucoup dehors, tu es très mobile et tu aimes le contact avec les autres. Rigoureux, tu n'aimes pas trop les surprises.

◆ *Un maximum de bovins*

Opérateur de production en fromagerie, un métier fait pour toi qui souhaites vivre à la montagne. La métamorphose du lait en fromages n'a pas de secret pour toi mais ton travail dépend étroitement de celui des autres opérateurs et tu as l'esprit d'équipe. Tu es spécialisé dans une opération précise où tu fais preuve de rigueur et d'attention mais tu sais pouvoir compter sur ton chef d'équipe s'il y a un problème. Un peu polyvalent, tu remplaces tes collègues lorsqu'ils partent en vacances et réciproquement.

◆ *Un maximum de bovins*

Tu feras un excellent chef d'exploitation agricole dont l'activité s'exerce en zone rurale. Tu aimes travailler seul le plus souvent mais entourée de ta famille. Tu es autonome et te fait pas peur, qu'il s'agisse de prendre soin des vaches, de nettoyer le matériel et d'entretenir les bâtiments ou encore de occuper de la gestion de l'exploitation par ordinateur. Tu aimes te lever et te coucher tôt et les vacances ne sont pas une priorité.

● *Un maximum de ronds*

Quel beau métier que celui de contrôleur laitier. Tu interviens souvent dans les fermes où tu conseilles l'éleveur sur la gestion de son troupeau (reproduction, génétique, rations et carences alimentaires...). Tu es la



Mémoire

Mais où est le lait ?



Tu as observé le dessin au recto du poster pendant 1 minute. Fais jouer ta mémoire et réponds à ces questions sans regarder à nouveau le dessin, sinon c'est de la triche !

- 1 De quelle couleur sont les bouteilles produites à la laiterie ?
- 2 Que fait la petite fille au marché ?
- 3 Où sont les vaches ?
- 4 Comment est habillé l'éleveur ?
- 5 Que portent les employés de laiterie sur leur tête ?
- 6 Quel dessin est porté sur le camion de livraison ?
- 7 Dans les champs derrière la laiterie, combien de vaches y a-t-il ? Pourquoi ?
- 8 Qu'y a-t-il d'écrit sur les sacs produits à la laiterie ?
- 9 Qu'y a-t-il d'inscrit au-dessus des veaux dans la nurserie ?
- 10 Dans le laboratoire, où se trouve le lait ?
- 11 Que tient dans ses mains le monsieur assis sur le banc ?