

## L'idée recette

# CRUMBLE À LA RHUBARBE

4 PERSONNES

### Ingrédients pour La pâte à crumble

100 gr de farine  
80 gr de sucre en poudre  
50 gr de beurre, 1 pincée de sel

### Ingrédients pour La compotée à la rhubarbe

600 gr de rhubarbe, 100 gr de sucre en poudre ou cassonade  
1 cuillère à café d'extrait de vanille, 1 verre d'eau

- > Laver, couper les tiges de rhubarbe en deux pour retirer les fils, puis émincer en petits tronçons. Placer dans une casserole le tout avec le sucre en poudre et l'extrait de vanille et laisser 30 minutes dégorger, afin de retirer l'eau de végétation.
- > Rajouter le verre d'eau et porter à ébullition et mettre en cuisson à feu doux environ 25 à 30 minutes en remuant de temps en temps. Puis débarrasser la compotée de rhubarbe dans un plat creux préalablement beurré.
- > Verser dans un saladier la farine, le sel, le sucre et le beurre pommade, malaxer le tout avec les doigts pour obtenir une pâte sableuse.
- > Répartir la pâte sur la rhubarbe, et enfourner au four à 180 degrés entre 25 et 30 minutes, afin d'obtenir une jolie coloration dorée sur le dessus.
- > Sortir du four et le laisser à température ambiante.
- > Le crumble se déguste tiède ou froid selon vos envies et il s'accompagne très bien avec une glace, de la chantilly...

BON APPÉTIT !



Service communication - Communauté de communes du Clermontais - photos: Marmion - freepik - ne pas jeter sur la voie publique

**Salagou Cœur d'Hérault**  
COMMUNAUTÉ DE COMMUNES DU CLERMONTAIS

# Le RAM

RELAIS ASSISTANTES  
MATERNELLES DU  
CLERMONTAIS



## Le légume du mois

# LA RHUBARBE

La rhubarbe est originaire d'Asie du nord. Introduite en Europe il y a 2000 ans comme plante médicinale, elle se cultive de nos jours en France. C'est un légume très vivace, de couleur rouge-rosée, nuancée de vert de la tige à la feuille.

Elle est utilisée principalement pour des compositions de desserts, et se mange quasiment toujours cuite et sucrée. Sa chair après cuisson est fondante et acidulée.

La saison de la rhubarbe commence en Avril-Mai et se termine au début du mois de Juillet.

La rhubarbe est riche en calcium, vitamines et fibres. On peut l'utiliser sous différentes formes : confitures, gelées, tartes...

# LIVRET D'AVRIL



À Clermont l'Hérault  
et dans le Clermontais



## L'atelier du mois

### LE LAND ART

La nature regorge de trésors. De quoi inspirer nos artistes en herbe !

L'enfant a une capacité innée à créer, inventer, imaginer avec ce que lui offre son environnement. Une branche, un coquillage, une plume d'oiseau, des cailloux de toutes les couleurs, un pétale de fleur... autant d'occasions de s'émerveiller et d'éveiller ses sens.

Le « land art » est une expérience artistique liée au monde réel. Cela demande de se poser avec l'enfant, d'observer ce qui se passe autour de lui, pour qu'il ait le temps de creuser, déplacer, transporter, accumuler, griffer, tracer, planter... et ainsi créer des œuvres d'art éphémères, juste pour le plaisir d'inventer ensemble.



### La comptine du mois

#### PATATRAC

*Patatrac, mon anorak  
Roule, roule ma cagoule  
Et, et, et mes gros souliers  
On ne voit plus que mon nez  
Moi je vais me promener !*

Anne Sylvestre

## L'article du mois

### LES ACTIVITÉS EXTÉRIEURES

Sortir avec les enfants, que ce soit dans son jardin ou dans un espace public, peut parfois être freiné par l'organisation matérielle que cela entraîne : manteau, bottes, bonnet, gants, écharpe en hiver, chapeau, lunettes et crème solaire en été, sans oublier le doudou, le gouter, l'eau...

Cependant, l'intérêt des activités extérieures n'est plus à démontrer !

Quel plaisir pour le tout petit de se sentir libre d'explorer des espaces différents, dans une lumière naturelle, avec le chant des oiseaux, le bruit du vent dans les feuilles et l'odeur de l'herbe mouillée...

Qui n'a jamais éprouvé le plaisir de marcher dans les feuilles mortes ou de sauter à pieds joints dans les flaques d'eau, bien au sec dans ses bottes en caoutchouc ?

Pour les enfants, les espaces extérieurs sont des terrains de découvertes extraordinaires. Tout est propice à la surprise. Sa sensorialité toute entière s'éveille au monde et tout est prétexte à expérimenter.

Les jeux extérieurs encouragent la prise de risque et, du même coup, améliorent l'habileté motrice et la capacité à prendre des décisions.

Alors, dès que cela est possible, et tout en restant vigilant à la sécurité physique et affective de l'enfant, n'hésitez pas à sortir !

C'est le meilleur moyen de s'ouvrir au monde dans le plaisir et l'émerveillement.

**« Et n'oubliez-pas de me prendre un petit sac ou panier pour ramasser tous les trésors de dame nature. Tant pis si je me salis, au moins je me régale et je m'amuse » !**

