



Se nourrir dans le monde



Les petits-déjeuners

Le matin, avant de venir à l'école, tu manges peut-être des tartines ou des céréales. Mais partout dans le monde, les enfants ne mangent pas la même chose au réveil : certains mangent salé, d'autres sucré, certains mangent chaud, d'autres froid.

Des petits-déjeuners très différents

CORÉE DU SUD



Le juk : une bouillie de riz douce, parfois avec du poulet ou des crevettes.

ÉCOSSE



Le porridge : une bouillie d'avoine chaude, avec du miel ou des fruits, parfaite pour les matins frais.

GRÈCE



Le koulouri : un pain rond couvert de graines de sésame, souvent mangé en marchant.

MALI



Le lakh : une bouillie de mil ou de sorgho mélangée à du lait.

Pourquoi ces différences ?



1. Ce que le pays cultive ou produit

Un pays qui cultive du riz en mettra souvent au petit-déjeuner. Un pays près de la mer mangera plus facilement du poisson.



2. Les habitudes transmises en famille

Chaque pays a ses traditions, transmises depuis longtemps, un peu comme une recette qui passe de génération en génération.



Un petit-déjeuner n'est jamais « bizarre »

Un piège à éviter : penser qu'un petit-déjeuner différent du nôtre est étrange. En réalité, manger salé le matin est très courant dans le monde. C'est plutôt notre petit-déjeuner sucré qui est une habitude particulière !