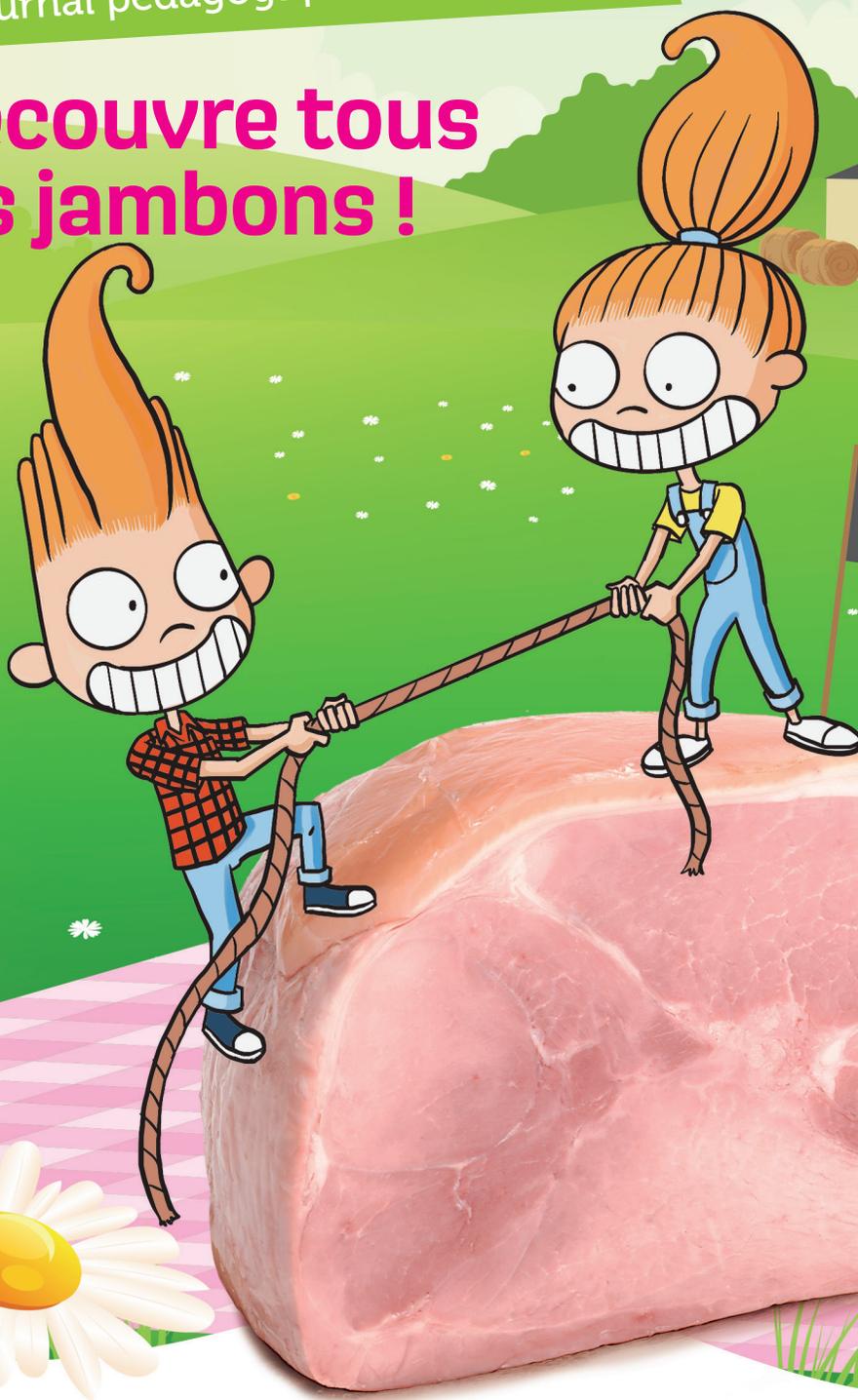


Le P'tit Agric

Septembre
2023

Le journal pédagogique des 7-11 ans

Découvre tous les jambons !



Page 2
**D'où vient
le jambon ?**

Page 3
**Quelle différence
entre un sanglier
et un cochon ?**

Page 4
**L'origine
géographique
des jambons**

Page 8
**Quel jambon
choisir chez
le charcutier ?**

Qui suis-je ?

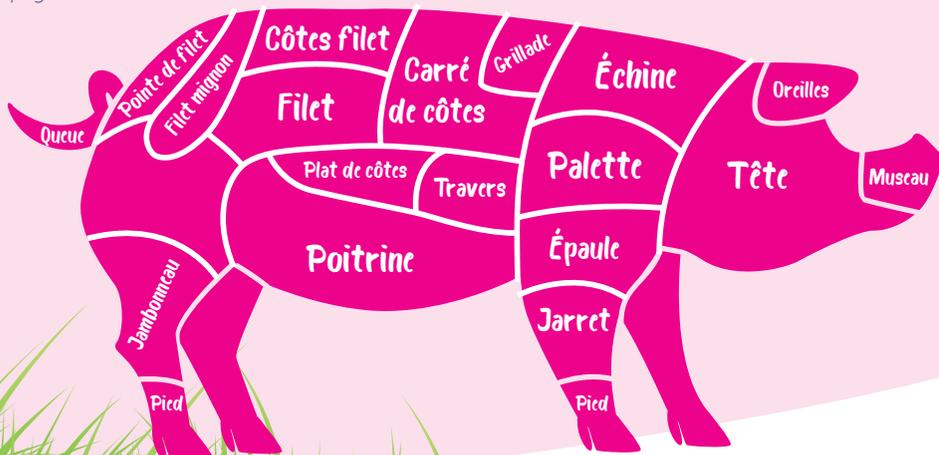
- ✓ Je suis tout rose
- ✓ On peut me mettre dans un sandwich
- ✓ On me retrouve dans le cochon
- ✓ Je peux être préparé avec ou sans couenne



D'où vient le jambon ?

Retrouve la partie où se trouve le jambon

Solution page 8



Le sais-tu ?

Le jambon correspond aux cuisses du cochon.



Connais-tu ces variétés de jambon ?



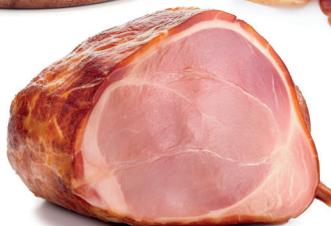
Jambon cuit
jambon salé puis cuit



Jambon cru
jambon partiellement séché



Jambon sec
jambon séché



Jambon fumé
jambon séché puis fumé

Un peu d'Histoire-Géographie

Le jambon a toujours été consommé en Europe, d'abord avec des cochons à l'état sauvage (les sangliers) puis avec les cochons d'élevage. Le début de l'élevage de cochons participe à l'établissement permanent des Gaulois sur leurs territoires. À la même période, les empereurs de la Rome antique en consommaient. C'était alors un plat prestigieux.

Au Moyen-Âge, il a d'abord été réservé aux personnes importantes pour les jours de fêtes puis il s'est peu à peu imposé comme aliment de base pour toute la société.

Aujourd'hui, on le retrouve dans de nombreux plats et plusieurs régions ont développé leurs propres spécialités.



Sciences-Santé



Les apports nutritionnels du jambon

- ✓ Protéines (c'est bon pour la croissance)
- ✓ Fer, zinc et antioxydant
- ✓ Vitamines B

Attention cependant à sa forte teneur en sel !

Le sais-tu ?

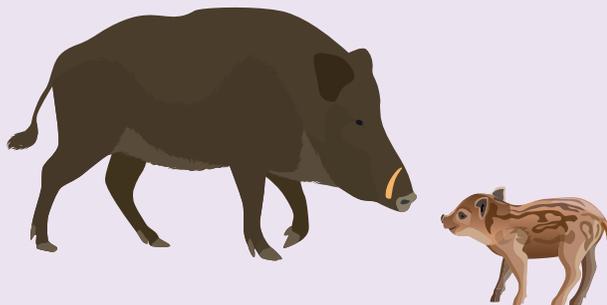
Le cochon est omnivore, c'est-à-dire qu'il peut manger de tout : **des fruits, des légumes, de l'herbe, ou encore de la viande...**

Il existe une multitude de races de cochon, on le retrouve dans tous les pays et son cousin éloigné est le sanglier.

Connais-tu les différences entre un sanglier et un cochon ?

Le cochon : est domestiqué, il vit dans des élevages créés par l'homme. Sa femelle s'appelle la **truie** et leurs petits sont des **porcelets**.

Le sanglier : est un cochon sauvage, il vit généralement dans la forêt. Sa femelle s'appelle la **laie** et leurs petits s'appellent des **marcassins**.



Les femelles ont des gestations de 3 mois, 3 semaines et 3 jours. La truie peut porter en moyenne 15 petits à la fois.

Géographie



Il existe des sigles pour garantir l'origine des aliments dans les grandes surfaces : les **IGP** et **AOP** sont des indicateurs sur l'origine géographique de certains aliments.

Les jambons IGP et AOP les plus connus en France

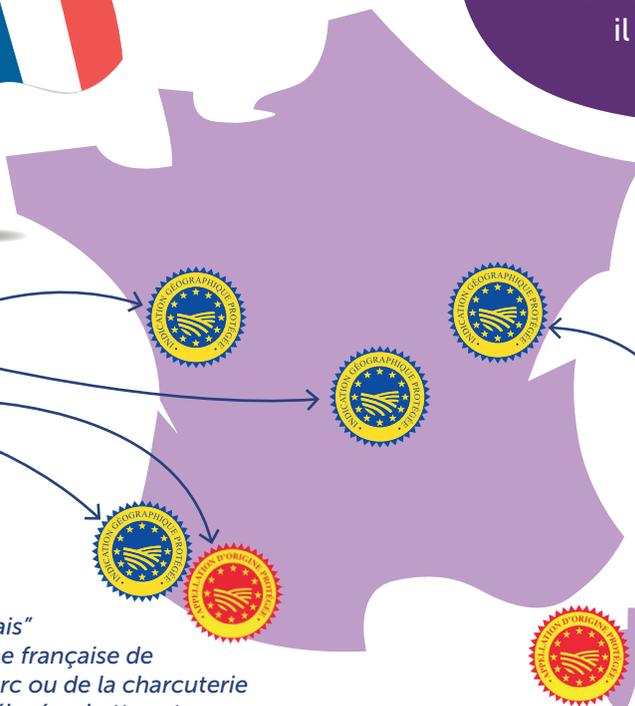
Jambons secs

IGP jambon de Vendée

IGP jambon d'Auvergne

AOP jambon de Bigorre

IGP jambons de Bayonne



Jambon fumé

Jambon fumé du Jura

IGP Franche-Comté

Jambon sec

AOP jambon sec de Corse



Le logo "Le Porc Français" garantit l'origine française de la viande de porc ou de la charcuterie (animaux nés, élevés, abattus et transformés en France) et des bonnes pratiques d'élevage.



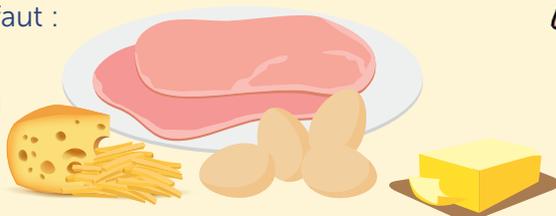
Cuisine

La recette du P'tit Chef : une omelette au jambon

Réalise toi-même ta recette avec Jules et Lena !

Pour 4 personnes, il te faut :

- 4 œufs
- 2 tranches de jambon
- De l'emmental râpé
- Un peu de beurre



Il faut d'abord battre les œufs, et les mettre dans une poêle chaude légèrement beurrée.

Laisser cuire en fonction de ta préférence et mettre dessus l'emmental râpé et le jambon coupé en lamelles.

Retourner la moitié de l'omelette avec l'aide d'un adulte et servir bien chaud.



Salut les P'tits Agris, moi c'est Sébastien !

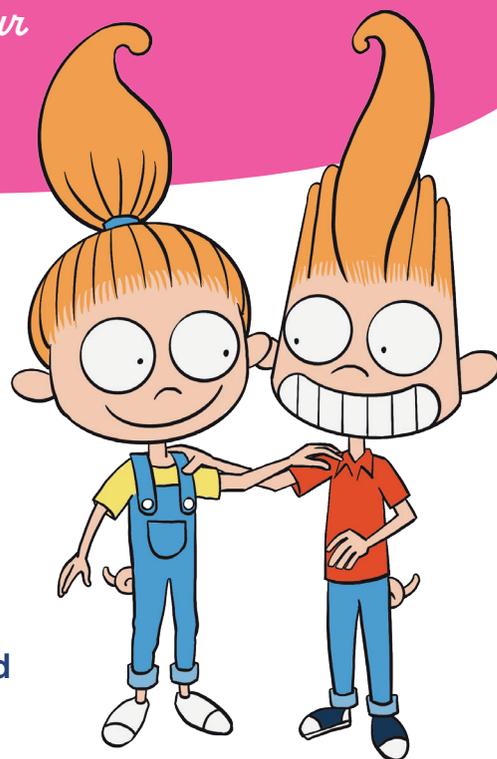
J'ai 30 ans, je suis éleveur de porcs depuis 5 ans à Milizac en Bretagne. Depuis mon installation, je travaille à améliorer le bien-être de mes porcs et de mes truies. Ce sont des animaux très sensibles notamment au soleil et aux maladies. Il faut s'en occuper tous les jours et s'assurer de leur bonne santé.



L'élevage de porcs nécessite de l'organisation et de la réflexion. Ainsi, différents espaces sont aménagés en fonction des besoins des animaux et tout particulièrement pour les truies gestantes. Elles sont regroupées dans un espace maternité, et elles y restent 4 semaines avec leurs petits. Tout ce parcours correspond à un suivi quotidien avec toute mon équipe pour garantir le bien-être de nos animaux. Nous avons également installé des jouets en bois ce qui permet de les distraire. Enfin, pour leur garantir une meilleure alimentation, j'ai commencé à développer des cultures de céréales dans ma ferme. C'est un pari sur l'avenir pour favoriser notre autonomie.



L'expression



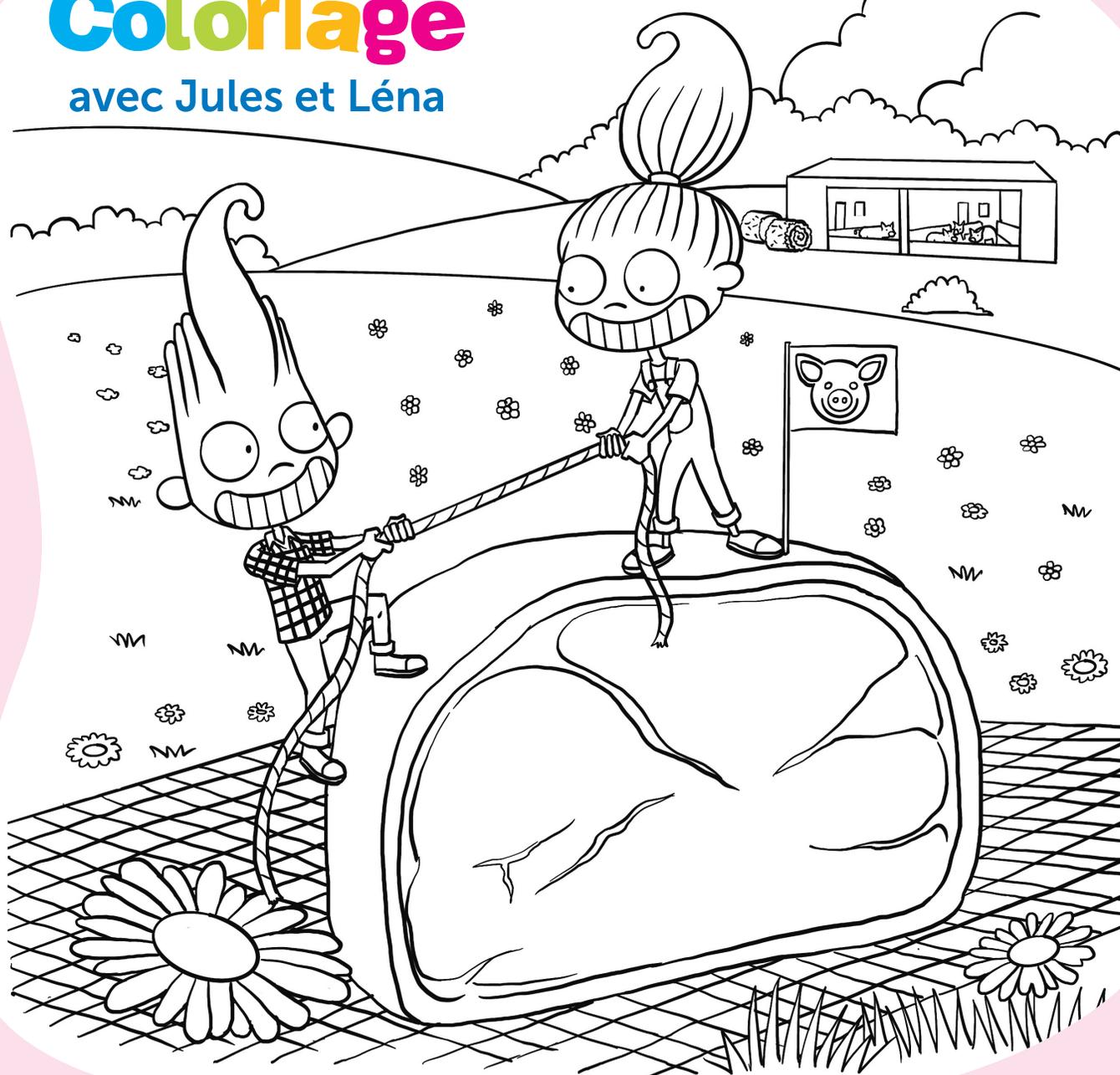
Lorsque des personnes sont très bons amis, on dit :

Remplace chaque icône par la lettre qui lui correspond et déchiffre la phrase. *Solution page 8*

I	L		S	O	T	C		P	A			
		M		E				H		N		

Coloriage

avec Jules et Léna



Vrai ou Faux ?

Coche les bonnes cases ! *Solution page 8*

- 1 ▶ Le cochon est omnivore
- 2 ▶ Le jambon correspond à la tête du cochon
- 3 ▶ Le jambon est riche en protéines
- 4 ▶ On peut consommer du jambon toute l'année
- 5 ▶ Le sanglier est un cochon sauvage
- 6 ▶ Le cochon ne mange que des végétaux
- 7 ▶ La femelle du cochon est la laie
- 8 ▶ Il n'existe qu'une seule sorte de jambon

VRAI FAUX



MOTS croisés



Complète la grille avec le nom des dessins

Solution page 8

Blague

Monsieur et Madame Bombeur ont un fils.

Comment s'appelle-t-il ?

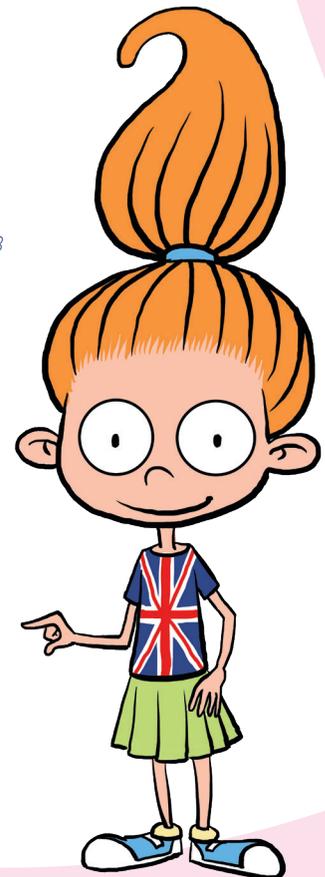
Indice



English exercise

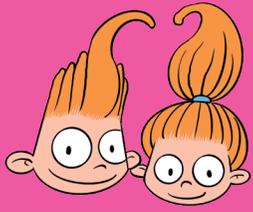
Relie chaque mot à sa traduction anglaise. Solution page 8

- | | | | |
|----------------|--------------------------|--------------------------|----------|
| Rose (couleur) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Pig |
| Cochon | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Ham |
| Fumé | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Pink |
| Jambon | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Butter |
| Œuf | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Head |
| Fromage | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Shoulder |
| Beurre | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Egg |
| Tête | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Smoked |
| Épaule | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Foot |
| Pied | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Cheese |



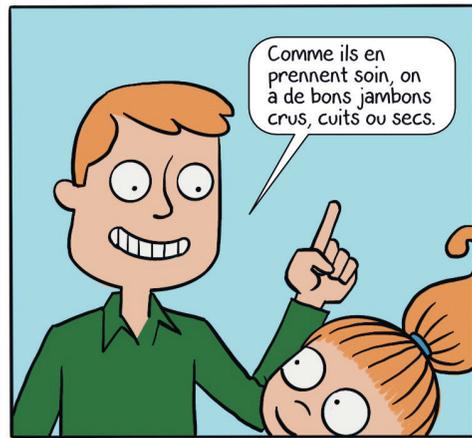
Rédaction : Jeunes Agriculteurs de Bretagne / Conception : Agriculteurs de Bretagne, Newsens
 Crédits photos/illustrations : Jeunes Agriculteurs de Bretagne, Newsens, Istock, AdobeStock, Freepik, Noun Project
 Tous droits réservés. Reproduction et utilisation interdite sans accord.

Pour toute diffusion ou utilisation contactez jeunes-agriculteurs-bretagne@maison-agri-rennes.fr



TOUT SAVOIR AVEC JULES ET LÉNA

Quel jambon choisir chez le charcutier ?



SOLUTIONS : Page 2 - Du où vient le jambon : la partie au dessus du jambonneau / Page 6 - Vrai ou faux : 1 = vrai ; 2 = faux ; 3 = vrai ; 4 = vrai ; 5 = vrai ; 6 = faux ; 7 = faux ; 8 = faux / Page 5 - Expression : Ils sont copains comme cochons / Page 7 - Mots croisés : Rose, jambon, truie, sanglier, tartines, pieds, porclet, baguette, fromage / Blague : Jean / English exercice : rose (couleur) = pink ; cochon = pig ; fumé = smoked ; jambon = ham ; œuf = egg ; fromage = cheese ; beurre = butter ; tête - head ; épaule = shoulder ; pied = foot