

# LA CULTURE QUÉBÉCOISE, C'EST QUOI ? LE MODE DE VIE DES QUÉBÉCOIS

## LES PLATS SAISONNIERS

### POUDING CHÔMEUR À LA CRÈME D'ÉRABLE

Recette tirée du site *Érable du Québec*<sup>1</sup>

THÉORIE ASSOCIÉE	Les saisons La cuisine
COMPÉTENCES VISÉES	Compréhension écrite et expression écrite
OBJECTIFS FONCTIONNELS ET COMMUNICATIFS	Identifier et comprendre les informations d'une recette
OBJECTIFS LINGUISTIQUES	Réviser et découvrir le vocabulaire de la cuisine et des aliments
OBJECTIFS SOCIOCULTURELS	Découvrir et apprendre les plats typiques québécois
DOCUMENTS EXPLOITÉS	Recette du pouding chômeur tirée du <i>Érable du Québec</i>
NIVEAU	A2
DURÉES	Étapes 1 et 2 : 35 min Étape 3 : 90 min Étape 4 : variable
ACTIVITÉ COMPLÉMENTAIRE	L'épicerie et les aliments québécois (« Les patates » de Mononc Serge)
MOTS-CLÉS	Cuisine; Printemps; Aliments

#### Déroulement de l'activité

Pour réaliser cette activité, nous vous conseillons de mettre à disposition de vos étudiants un accès internet afin qu'ils puissent effectuer des recherches. Cette activité est composée de 4 étapes.

#### Étapes

- 1 Introduisez la recette du pouding chômeur en expliquant l'origine de ce dessert à vos étudiants. Commencez par un exercice d'association de vocabulaire, puis demandez aux apprenants de répondre aux questions de compréhension écrite afin qu'ils puissent y répondre à partir de leur lecture de la recette.

<sup>1</sup> « Pouding chômeur à l'érable », *Érable du Québec*, [en ligne] <https://erableduquebec.ca/> (consulté le 28 janvier 2025).

## FICHE PÉDAGOGIQUE

---

- 2 Faites découvrir à vos apprenants les traditions alimentaires des Québécois en leur présentant le site [les plats typiques québécois](#) afin de susciter la curiosité de votre classe. Puis, divisez votre groupe en équipe de trois. Chaque équipe sera chargée de présenter un plat typiquement québécois et sera composée :
  - d'un **cuisinier** qui devra trouver la recette exacte et en comprendre les ingrédients et les étapes de préparation;
  - d'un **journaliste** qui fera des recherches sur l'histoire du plat ou les opinions dans la presse;
  - d'un **rechercheur** qui trouvera des vidéos et des images pour préparer le matériel promotionnel du plat.
- 3 Les équipes réalisent une affiche ou un diaporama dans lequel elles présentent la recette, l'origine du plat et, si elles en ont trouvé, des anecdotes liées à celles-ci. Vous pouvez réaliser un carrefour d'expositions dans votre classe afin que les différents groupes puissent observer les résultats des autres groupes et découvrir les plats typiques québécois.
- 4 À la suite de cette activité, ouvrez une discussion en groupe ou en classe entière avec vos étudiants sur les plats saisonniers qu'on peut retrouver dans leur pays.

# LES PLATS SAISONNIERS

### Mise en contexte

Les saisons, la température, le climat, la météo, le temps qu'il fait... Peu importe comment on le nomme, ce sujet de conversation est un des préférés des Québécois. Avec des écarts de température qui vont de -30 °C l'hiver à 30 °C l'été, les habitants de la province doivent savoir s'adapter.

S'il est une saison qui détermine le mode de vie, mais peut-être aussi la personnalité des Québécois, c'est bien l'hiver. S'étendant du 21 décembre au 20 mars, l'hiver québécois se caractérise par des températures inférieures au point de congélation (moyenne de -8 °C à -10 °C en janvier et février) et des précipitations sous forme de neige qui peuvent cumuler 30 à 40 cm par mois. Une fois accumulée, cette neige forme des « bancs de neige » (congères) de plus d'un mètre de haut. [...]

Après l'hiver vient le printemps. À la fonte des neiges, c'est la saison des sucres qui s'amorce pour les Québécois : on fait une entaille dans l'écorce des érables pour en récolter la sève sucrée qu'on fait bouillir pour en faire du sirop et d'autres produits dérivés. Certains acériculteurs (producteurs de sirop d'érable) possèdent des cabanes à sucre, restaurants où l'on déguste le sirop accompagné d'omelettes, de pommes de terre, de cretons (porc haché cuit dans de la graisse) et d'oreilles de christ (grillades de lard salé), avec, pour dessert, des crêpes ou du pouding chômeur.



Cabane à Sucre Handfield, Saint-Marc-sur-Richelieu

### Les origines du pouding chômeur

« Selon la légende, ce dessert aurait vu le jour au cours de la crise économique des années 30. À l'époque, Georgette Falardeau, femme de Camilien Houde, maire de Montréal, aurait imaginé cette gâterie afin de permettre aux femmes d'ouvriers de reconforter, avec une bonne dose de cassonade, leur mari touché par les mises à pied. D'où son nom : pouding chômeur, ou pouding au chômeur, selon l'humeur.

Composé d'ingrédients bon marché (farine, graisse, lait et cassonade), le plat aurait alors connu une popularité fulgurante dans les quartiers populaires de la métropole avant de se répandre, avec du sirop d'érable quand les beaux jours seraient alors revenus, sur l'ensemble du territoire et dans toutes les strates de la société<sup>2</sup>. »

<sup>2</sup> Fabien Deglise, « Un p'tit dessert... mais pas d'entrée », *Le Devoir*, 15 décembre 2007 [[en ligne](#)] (consulté le 11 mars 2025).

## LES PLATS SAISONNIERS

### POUDING CHÔMEUR À LA CRÈME D'ÉRABLE

Recette tirée du site *Érable du Québec*<sup>3</sup>

#### INGRÉDIENTS

Sauce crémeuse à l'érable

- 250 ml de sirop d'érable  
(de préférence ambré pour son goût riche)
- 250 ml de crème 35 %
- 50 g de beurre

Gâteau chômeur

- 205 g de farine
- 5 g de levure chimique (poudre à pâte)
- 1 g de sel
- 50 g de beurre à température ambiante
- 150 g de sucre d'érable
- 250 ml de lait

**Préparation** : 25 min.

**Cuisson** : 45 min.

**Portions** : 8



Source : Érable du Québec;  
@erableduquebec

#### PRÉPARATION

1. Préchauffer le four à 180 °C (350 °F). Beurrer un moule à gâteau carré d'environ 20 cm (8 po). Réserver.

#### Sauce crémeuse à l'érable

1. Dans une casserole, combiner le sirop d'érable, la crème et le beurre. Porter à ébullition et laisser bouillir 2 minutes. Réserver au chaud.

#### Gâteau chômeur

1. Dans un bol, tamiser ensemble la farine, la levure chimique et le sel. Réserver.
2. Dans un autre bol, crémiser le beurre au batteur électrique. Incorporer graduellement le sucre d'érable jusqu'à l'obtention d'une consistance onctueuse. Ajouter en alternance le mélange de farine et le lait tout en remuant.

Verser la pâte dans le moule. Verser doucement le sirop chaud sur la pâte et cuire au four 45 minutes. Servir chaud, tiède ou froid.

<sup>3</sup> « Pouding chômeur à l'érable », *Érable du Québec*, [en ligne] <https://erableduquebec.ca/> (consulté le 28 janvier 2025).

## LES PLATS SAISONNIERS

### POUDING CHÔMEUR À LA CRÈME D'ÉRABLE

Recette tirée du site *Érable du Québec*<sup>4</sup>

#### VOCABULAIRE

Associez les verbes utilisés dans la recette à leur définition.

<b>Préchauffer</b>	Enduire de beurre.
<b>Beurrer</b>	Faire pénétrer un mélange dans un autre.
<b>Réserver</b>	Amener le four à une certaine température avant d'y mettre la préparation à cuire.
<b>Combiner</b>	Agiter doucement.
<b>Porter à ébullition</b>	Fouetter jusqu'à obtenir une consistance crémeuse.
<b>Tamiser</b>	Faire couler un liquide.
<b>Crémer</b>	Mettre de côté en attendant une prochaine étape.
<b>Incorporer</b>	Mélanger des ingrédients.
<b>Remuer</b>	Faire passer à travers un treillis serré pour en séparer les grains.
<b>Verser</b>	Faire bouillir.

#### COMPRÉHENSION ÉCRITE

1. Quels ingrédients sucrés sont présents dans la recette du pouding chômeur ?

---

---

2. Quel type de sirop d'érable doit-on utiliser pour cette recette et pourquoi ?

---

---

---

<sup>4</sup> « Pouding chômeur à l'érable », *Érable du Québec*, [en ligne] <https://erableduquebec.ca/> (consulté le 28 janvier 2025).

## FICHE PÉDAGOGIQUE

---

**3. De quels ustensiles devra se munir la personne qui voudra réaliser cette recette ?**

---

---

---

---

**4. Quels ingrédients à base de lait sont présents dans la recette du pouding chômeur ?**

---

---

**5. De quoi est composée la pâte du gâteau qui compose le pouding chômeur ?**

---

---

**6. Que doit-on faire avant de verser la pâte dans le moule ?**

---

---

**7. À quelle température se mange le pouding chômeur ?**

---

---

**8. En combinant la préparation et la cuisson, combien de temps faut-il pour réaliser la recette du pouding chômeur ?**

---

---

## LES PLATS SAISONNIERS

### PLATS TYPIQUEMENT QUÉBÉCOIS

Outre le pouding chômeur, il existe d'autres plats typiquement québécois, dont la poutine, la tourtière, le pâté chinois, la soupe aux pois et les fèves au lard.

Faites des recherches pour découvrir les plats typiquement québécois et partagez vos découvertes au reste de votre groupe.

**Plat :** \_\_\_\_\_

Origine (région et histoire) :

---

---

Ingrédients de base :

---

---

---

---

Temps de préparation : \_\_\_\_\_

Étapes de préparation :

---

---

---

---

---

Commentaires ou anecdotes :

---

---

---

# LA CULTURE QUÉBÉCOISE, C'EST QUOI ? LE MODE DE VIE DES QUÉBÉCOIS

## LES PLATS SAISONNIERS

### POUDING CHÔMEUR À LA CRÈME D'ÉRABLE

Recette tirée du site *Érable du Québec*<sup>5</sup>

THÉORIE ASSOCIÉE	Les saisons La cuisine
COMPÉTENCES VISÉES	Compréhension écrite et expression écrite
OBJECTIFS FONCTIONNELS ET COMMUNICATIFS	Identifier et comprendre les informations d'une recette
OBJECTIFS LINGUISTIQUES	Réviser et découvrir le vocabulaire de la cuisine et des aliments
OBJECTIFS SOCIOCULTURELS	Découvrir et apprendre les plats typiques québécois
DOCUMENTS EXPLOITÉS	Recette du pouding chômeur tirée du <i>Érable du Québec</i>
NIVEAU	A2
DURÉES	Étapes 1 et 2 : 35 min Étape 3 : 90 min Étape 4 : variable
ACTIVITÉ COMPLÉMENTAIRE	L'épicerie et les aliments québécois (« Les patates » de Mononc Serge)
MOTS-CLÉS	Cuisine; Printemps; Aliments

Vous trouverez ci-dessous les réponses aux questions de vocabulaire et de compréhension écrite sur la recette du pouding chômeur présente à l'étape 1, puis des pistes pour guider vos étudiants lors de leurs recherches à l'étape 2.

<sup>5</sup> « Pouding chômeur à l'érable », *Érable du Québec*, [en ligne] <https://erableduquebec.ca/> (consulté le 28 janvier 2025).

## **LES PLATS SAISONNIERS**

### **POUDING CHÔMEUR À LA CRÈME D'ÉRABLE**

Recette tirée du site *Érable du Québec*<sup>6</sup>

#### **VOCABULAIRE**

Associez les verbes utilisés dans la recette à leur définition.

<b>Préchauffer</b>	Amener le four à une certaine température avant d'y mettre la préparation à cuire.
<b>Beurrer</b>	Enduire de beurre.
<b>Réserver</b>	Mettre de côté en attendant une prochaine étape.
<b>Combiner</b>	Mélanger des ingrédients.
<b>Porter à ébullition</b>	Faire bouillir.
<b>Tamiser</b>	Faire passer à travers un treillis serré pour en séparer les grains.
<b>Crémer</b>	Fouetter jusqu'à obtenir une consistance crémeuse.
<b>Incorporer</b>	Faire pénétrer un mélange dans un autre.
<b>Remuer</b>	Agiter doucement.
<b>Verser</b>	Faire couler un liquide.

#### **COMPRÉHENSION ÉCRITE**

**1. Quels ingrédients sucrés sont présents dans la recette du pouding chômeur ?**

Les ingrédients sucrés présents dans la recette du pouding chômeur sont le sirop d'érable et le sucre d'érable.

**2. Quel type de sirop d'érable doit-on utiliser pour cette recette et pourquoi ?**

Il est conseillé d'utiliser du sirop ambré pour cette recette, car son goût est plus riche.

**3. De quels ustensiles devra se munir la personne qui voudra réaliser cette recette ?**

La personne qui voudra réaliser cette recette devra se munir d'une tasse, d'une balance, d'un moule à gâteau carré de 20 cm, d'un tamis, d'une casserole, de deux bols, d'un batteur électrique et d'une cuillère pour mélanger.

**4. Quels ingrédients à base de lait sont présents dans la recette du pouding chômeur ?**

Les ingrédients à base de lait présents dans la recette du pouding chômeur sont le beurre, la crème et le lait.

---

<sup>6</sup> « Pouding chômeur à l'érable », *Érable du Québec*, [en ligne] <https://erableduquebec.ca/> (consulté le 28 janvier 2025).

## FICHE PÉDAGOGIQUE - CORRIGÉ

---

**5. De quoi est composée la pâte du gâteau qui compose le pouding chômeur ?**

La pâte est composée de farine, de poudre à pâte (levure chimique), de beurre, de sucre d'érable et de lait.

**6. Que doit-on faire avant de verser la pâte dans le moule ?**

Avant de verser la pâte dans le moule, on doit beurrer le moule comme indiqué dans l'étape 1.

**7. À quelle température se mange le pouding chômeur ?**

Il peut se manger chaud, tiède ou froid, comme on le souhaite.

**8. En combinant la préparation et la cuisson, combien de temps faut-il pour réaliser la recette du pouding chômeur ?**

En combinant la préparation et la cuisson du pouding chômeur, il faut 70 min pour réaliser cette recette.

## LES PLATS SAISONNIERS

### PLAT TYPIQUEMENT QUÉBÉCOIS

Voici quelques informations sur des plats typiquement québécois.

#### **Poutine**

Ingrédients de base : **\_Frites, fromages en grains et sauce brune\_**

Temps de préparation : **\_environ 10 min\_**

Région d'origine : **\_Centre-du-Québec\_**

#### **Références :**

[La recette de la véritable Poutine du Québec,](#)

[Le guide ultime de la poutine : Un délicieux classique canadien - Poutineville](#)

**Chanson** « [Les patates](#) » de Mononc Serge (voir activité complémentaire)

#### **Tourtière**

Ingrédients de base : **\_Porc, bœuf, poulet, pomme de terre, oignons et pâte à tarte\_**

Temps de préparation : **\_environ 45 min\_**

Région d'origine : **\_Saguenay-Lac-Saint-Jean\_**

#### **Référence :**

[Zoom sur... Tourtière en son royaume | Le Devoir](#)

[La Tourtière du Saguenay–Lac-Saint-Jean |](#)

**Chanson** « [La tourtière](#) » du groupe de musique traditionnelle La Bottine souriante

#### **Pâté chinois**

Ingrédients de base : **\_bœuf haché, maïs et pommes de terre\_**

Temps de préparation : **\_environ 20 min\_**

Région d'origine : **\_probablement du Maine (États-Unis)\_**

#### **Références :**

[Le pâté chinois,](#) documentaire de Carl Giroux

[Le noble pâté | Le Devoir](#)

[Le plat national des Québécois | Le Devoir](#)

**Sketch** « [Steak, blé d'Inde, patates](#) » de l'émission *La Petite Vie*

## FICHE PÉDAGOGIQUE - CORRIGÉ

---

### Soupe aux pois

Ingrédients de base : **\_pois jaunes entiers, porc, oignons, carottes et céleris\_**

Temps de préparation : **\_environ 25 min\_**

Région d'origine : **\_Allemagne, la région n'est pas spécifiée\_**

#### Références :

[L'histoire de la soupe aux pois - Le Panier alimentaire canadien](#)

[Recette de soupe aux pois du Québec - Aventures Nouvelle-France](#)

L'expression « [pea soup](#) » pour désigner les Québécois

### Fèves au lard

Ingrédients de base : **\_haricots, lard, oignons, sirop d'érable et mélasse\_**

Temps de préparation : **\_environ 20 min\_**

Région d'origine : **\_Boston (États-Unis)\_**

#### Références :

[L'histoire des fèves au lard - Le Panier alimentaire canadien](#)

[Faisons un peu de lumière sur nos célèbres « bines » ou fèves au lard. | Le Québec Cuisine](#)

[Préférez-vous les « beans », les bines ou les fèves au lard?](#)

Les [bineries](#) (restaurants) au Québec