

# Je traie mon lait!

Avant la collation, faites cette activité, où vous devrez traire le pis d'une vache pour boire un bon verre de lait!

## Matériel

- ✓ Gant en latex
- ✓ Élastique
- ✓ Lait
- ✓ Seau ou bol
- ✓ Verres

## Préparation de l'activité

Remplissez un gant en latex de lait. Attachez-le à l'aide d'un élastique. Suspendez-le de façon à ce qu'il soit facilement accessible aux enfants. Mettez un seau en dessous. Avec une aiguille, faites un petit trou au bout des doigts.

## Déroulement

1. Montrez aux enfants comment traire une vache.
2. Proposez-leur de traire à tour de rôle. Tandis qu'ils font l'activité, tenez le verre pour qu'ils puissent le remplir. Si vous recueillez le lait dans un bol, prenez tout le lait et faites la recette de la page suivante.

N. B. : Si vous avez des enfants allergiques au lactose, remplacez le lait par du lait d'amandes ou du lait de soya.

# Lait fouetté à l'érable

## Ingrédients

- 250 ml de lait 2% (ou lait d'amandes nature ou de soya)
- 30 ml de sirop d'érable
- 2 boules de crème glacée à la vanille

## Les étapes

1. Mettez tous les ingrédients dans un mélangeur.
2. Mélangez environ 1 minute, jusqu'à ce que le mélange soit onctueux.
3. Dégustez.

**Notez que cette recette donne 2 portions.**