



# Jeux du marché fermier

Le marché fermier recèle plus que de délicieux vrais aliments. Une visite au marché fermier peut devenir une sortie amusante pour toute la famille. Voici quelques activités familiales proposées par Hellmann's.



## Chasse aux trésors Mangez Vrai

Demandez à chaque membre de la famille de trouver de vrais aliments qui pourront servir d'ingrédients pour créer le sandwich Mangez Vrai suprême.

Des tomates fraîches et juteuses aux laitues croquantes, le marché fermier offre une vaste sélection de vrais ingrédients savoureux.



## Défi dégustation

Chaque membre de la famille est chargé d'explorer le marché fermier et d'y trouver deux ou trois fruits ou légumes qu'il ou elle n'a jamais essayés.

Puis, chacun rapporte ses trouvailles à la maison pour procéder à une dégustation en famille. Chaque personne déguste chacun des aliments, pour ensuite leur donner une cote.

L'aliment qui obtient la plus haute cote sera incorporé au prochain souper de famille.



## Recettes aux vrais aliments

Enrôlez la famille entière dans une quête pour un vrai aliment qui servira d'ingrédient dans une des recettes favorites de la famille.

Chaque membre de la famille est responsable de trouver un vrai aliment méritant d'être intégré à la recette.

Une fois que chacun aura fait son choix, la famille votera afin de déterminer lequel des vrais ingrédients sera retenu.



## Le marché fermier en photos

Le marché fermier déborde d'aliments aux formes et aux couleurs intéressantes.

Armez les enfants d'un appareil photo, et donnez-leur pour mission de visiter le marché et de prendre des photos des aliments de leur choix.

Une fois de retour à la maison, réunissez la famille pour créer un collage de vrais aliments. Vous pourrez ensuite utiliser votre œuvre pour décorer la cuisine!

