

„1. Notre pain – fait maison”

Introduction:

Avons-nous encore besoin de pain pour vivre aujourd’hui ? Il y a les cornflakes pour le matin, des bâtons de céréales pour la récréation ou bien la pizza du congélateur pour le repas de midi. Combien d’enfants ignorent l’odeur et le goût du pain cuit tout frais, sortant du four ? Cela ne fait plus partie des acquis : les enfants sont loin de se rendre compte du nombre de mains et d’heures qu’il a fallu pour que le grain de blé devienne ce pain qui nourrit. La reconnaissance du pain de « la communion » est souvent le fruit d’une prise de conscience du « prix » du pain de table qui est le « fruit de la terre et du travail des hommes ».

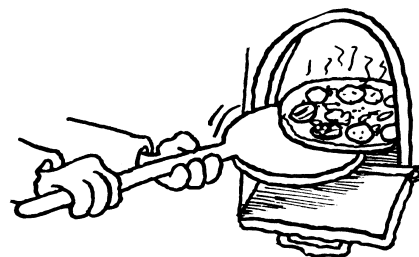
Texte:

*« Notre Père qui est aux cieux,
que ton Nom soit sanctifié, que ton Règne vienne,
que ta Volonté soit faite sur la terre comme au ciel.
Donne-nous aujourd’hui notre pain de ce jour,
pardonne-nous nos offenses,
comme nous pardonnons aussi à ceux qui nous ont offensé.
Et ne nous soumets pas à la tentation, mais délivre-nous du mal. »*



Propositions pour la préparation en famille:

- **Partage:** Nous pouvons découvrir avec nos enfants le développement du grain de blé tombé en terre, puis la farine, les ingrédients du pain, les multiples mains et techniques qui collaborent au devenir du pain. On peut laisser les enfants raconter ce qu’ils savent du travail à la ferme ...
- **Activités:** En famille, **cuire du pain**, faire une tresse, décorer avec des graines différentes.
- Se mettre d’accord avec l’équipe pastorale du lieu et avec d’autres familles, dont les enfants sont inscrits pour la première communion, pour **emmener le pain fait maison à la messe dominicale**, et le distribuer à la sortie de la messe.
- **Visiter une ferme**, s’intéresser au travail du cultivateur, la semence, la récolte, l’entretien des champs, les machines ... (www.bauernhaff.lu ou bien www.bauernhof.net/).
- **S’informer sur l’origine et les lieux de production du blé** que nous consommons (www.espace-pain-info.com/pain.php ou bien sous www.google.fr le mot « pain »).
- **Bénédiction:** Nos parents/grands-parents faisaient un signe de croix sur le pain, avant de l’entamer. Le pain que nous achetons est souvent coupé, tandis que le pain fait maison permet ce geste. Nous pouvons inventer de **nouveaux gestes et rites signifiants**, compatibles avec nos modes de vie.
- **Prière:** Prier ensemble la prière du « Notre Père ». L’enfant qui se prépare à faire sa Première Communion soulève le pain au moment du passage « donne-nous aujourd’hui notre pain de ce jour ».
- **Rédiger ensemble une prière**, exprimant ce que nous demandons au Seigneur pour le jour de la Première Communion, pour l’enfant, la famille, les parents, le couple ...



Recette de pain pour débutants

500g de farine, 1 sachet de levure, une cuillère à café de sel, un verre d’eau tiède.

Mélanger la farine, la levure et le sel dans une cuvette. Y ajouter peu à peu l’eau jusqu’à ce que nous ayons une pâte malléable. Celle-ci est ensuite pétrie avec les mains sur la table. Laisser lever la pâte pendant une heure dans une écuelle recouverte. Ensuite pétrir encore une fois la pâte pendant quelques instants. Former et orner la pâte et faire lever encore une fois pendant une demi-heure. Faire cuire au four pendant 40 à 50 minutes à 250 C.

Sur internet, ainsi que dans les livres de cuisine, on peut trouver beaucoup de recettes pour faire du pain. Il suffit d’entrer dans le www.google.fr le terme « recettes de pain ».