VOL. 2 | MARS 2021

A RETENIR

Bulletin d'information mensuel pour TRACEUS, cofinancé par le programme Erasmus+ de l'Union Européenne

NOUVELLES GÉNÉRALES

- Des nouvelles du projet
- Présentation de l'Université de Dublin (DCU)
- Pleins feux sur les cocréateurs irlandais

Présentation de l'Université de Dublin: l'initiative "Université amie des aînés"

L'Université de Dublin est une université à forte intensité de recherche qui a lancé un certain nombre d'initiatives nationales depuis son ouverture en 1986. En 2012, l'Université de Dublin a lancé les dix principes d'une université amie des aînés. Cette initiative s'est développée en un réseau mondial de plus de 70 universités en Europe, en Amérique du Nord, en Amérique du Sud, en Asie du Sud-Est et en Australie. Le réseau mondial des universités amies des aînés, dirigé par l'Université de Dublin, souligne le rôle que l'enseignement supérieur peut jouer dans les sociétés dont la population vieillit dans le monde entier. L'Université Amie des Aînés offre aux adultes plus âgés la possibilité de participer à des activités éducatives, de recherche, de bien-être, sociales et culturelles sur le campus de l'Université de Dublin.
Le bureau de l'Université Amie des Aînés est ravi de diriger le projet TRACEUS. L'équipe irlandaise du projet est composée de Christine O'Kelly, coordinatrice du réseau mondial de L'Université Amie des Aînés ; Grainne Reddy, qui s'occupe de l'administration du bureau Age Friendly; Dr Cathy Fowley, chercheuse et collaboratrice du bureau de l'Université Amie des Aînés, qui travaille en étroite collaboration avec Christine sur la gestion du projet TRACEUS, et Caoimhe Gilmartin, qui effectue un stage de marketing pour l'Université Amie des Aînés de l'Université de Dublin.

Des nouvelles du projet

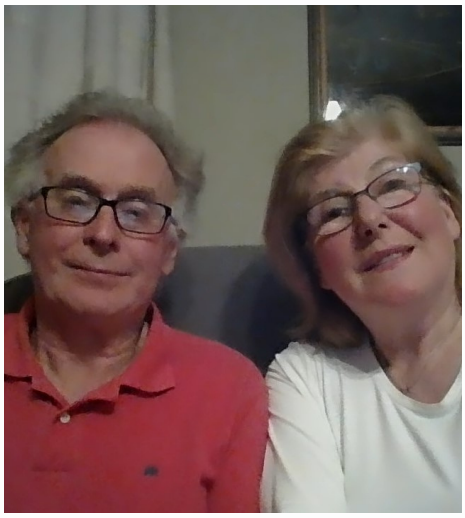
Après une série de réunions initiales, Traceus a véritablement démarré ! Cardet, notre partenaire à Chypre, a créé notre site web, qui sera mis en ligne très prochainement.
La nouvelle la plus excitante est que des co-créateurs ont rejoint le projet dans tous les pays participants. Cela rendra notre projet différent et plus pertinent pour le public que nous espérons atteindre.
Les idées et l'expérience de tous nos co-créateurs nous aideront à produire du matériel pédagogique accessible et, en fin de compte, à produire des recettes et des vidéos de cuisine intéressantes et attrayantes.
En discutant avec eux, nous savons déjà que l'une des raisons de leur participation est leur intérêt pour les cuisines et les recettes d'autres pays européens. Ils sont nombreux à avoir voyagé et à avoir apprécié les plats et les repas locaux, et ils sont impatients d'en savoir plus sur les aliments traditionnellement préparés en Belgique, en Bulgarie, à Chypre, en France, en Irlande, en Espagne et ailleurs, grâce à la participation de personnes issues d'autres pays et cultures.
Nous allons maintenant consacrer notre temps à la préparation d'une plateforme d'apprentissage et d';un module d'apprentissage qui se concentrera sur la manière de parler des recettes et des traditions alimentaires, et sur l'utilisation des smartphones pour la vidéo.

Pleins feux sur les cocréateurs irlandais

Rencontrez nos co-créateurs irlandais, Maura et Sean ! Ils ont le sentiment de vivre une période de changement dans leur vie, et ils veulent que la prochaine ère ait un sens. La COVID a mis un terme à tous leurs projets futurs. Ils pensent donc que TRACEUS est un projet sur lequel ils peuvent travailler et s'amuser. Maura et Sean sont tous deux issus du milieu agricole, et Sean est toujours éleveur de bétail.

Une alimentation saine et sûre est au cœur de leur vie. Leurs deux mères étaient d'excellentes cuisinières, leur cuisine était le cœur de la maison. La mère de Sean faisait du pain tous les jours, et elle a transmis son savoir-faire et sa recette à la sœur de Sean. Elle faisait également du beurre, tout comme Maura lorsqU'elle était enfant dans la ferme laitière de sa grand-mère.

Maura possède toujours un livre de cuisine appartenant à sa mère, ses recettes écrites à la main entre les recettes imprimées. Le livre est plein, vieux et bien utilisé, avec des recettes manuscrites parfois cachées par des traces de graisse.



Les plats transmis par la mère de Maura sont principalement des gâteaux, mais il y a aussi une très
bonne soupe de navet. Maura la cuisine et l'apprécie, même si elle dit que cela ne lui manquerait pas si elle arrêtait.

Le plat signature de Sean est le thé et les frites - le meilleur d'Irlande. Sean a appris à cuisiner des frites grâce à sa mère, qui a grandi dans une ferme de pommes de terre, les Pinks étant ses préférées. Elle préférait ses pommes de terre bouillies et servies avec du beurre fait maison.

Ce que Maura et Sean espèrent retirer de ce projet, c'est de découvrir de nouvelles recettes d'autres nations, mais aussi de rencontrer des personnes originaires d'autres pays européens.

Pour faire de bonnes frites

La recette de Sean

Ingrédients

3 litres d'huile de cuisson
2 pommes de terre par personne (pour de meilleurs résultats, utilisez des Queens ou des Pinks)

Recette

Faites chauffer de l'huile de cuisson de bonne qualité dans une casserole à copeaux (environ 3 litres). Prévoir 2 pommes de terre par personne en fonction de leur taille et de l'appétit de chacun. Laver les pommes de terre avant de les éplucher.

Épluchez et coupez vos pommes de terre en morceaux. Chaque frite doit avoir une largeur d'environ 1 1,5 cm de large et de la longueur des pommes de terre. Placez les frites dans une passoire et lavez-les soigneusement à l'eau chaude de la bouilloire électrique. Une fois lavées secouez-les pour éliminer l'excès d'eau et de l'excès d'eau et séchez-les dans une serviette un torchon ou une serviette en papier. Assurez-vous que l'huile soit chaude, environ 190°C. Mettez les frites avec précaution dans l'huile chaude. Retirez après 5 minutes. Laissez l'huile revenir à jusqu'à 190°C. Remettez les frites dans la poêle à frites réchauffée pendant 7- 8 minutes. Lorsque les frites sont cuites placez-les sur du papier absorbant pour sécher l'excès d'huile. Dégustez !