CADETS DE L'AVIATION ROYALE DU CANADA

NIVEAU DE QUALIFICATION TROIS

GUIDE PÉDAGOGIQUE

SECTION 15

OCOM C390.10 – IDENTIFIER LES MÉTHODES DE PRÉPARATION ET DE CUISSON D'UN PETIT ANIMAL OU D'UN POISSON

Durée totale : 60 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-803/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Avant d'enseigner la leçon, réviser le contenu de la leçon et pratiquer le dépouillement d'un petit animal ou la préparation d'un poisson et la cuisson d'un petit animal ou d'un poisson avec l'équipement fourni.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

La méthode d'instruction par démonstration a été choisie pour cette leçon, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer comment dépouiller un petit animal, préparer un poisson et cuire un petit animal ou un poisson.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, le cadet doit avoir identifié les méthodes de préparation et de cuisson d'un petit animal ou d'un poisson.

IMPORTANCE

Il est important que les cadets identifient les méthodes de préparation et de cuisson d'un petit animal ou d'un poisson qui peuvent être utilisées en situation de survie. Bien que la nourriture soit le dernier élément du modèle de survie (une personne peut vivre pendant plusieurs semaines sans manger), si elle est facilement accessible, les efforts faits pour attraper, préparer et cuire un petit animal ou un poisson valent vraiment la peine. La préparation et la cuisson adéquates des aliments limitent les risques d'attraper une maladie et permettent de mieux préserver la nourriture.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-803/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-803-PF-002/A-CR-CCP-803-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

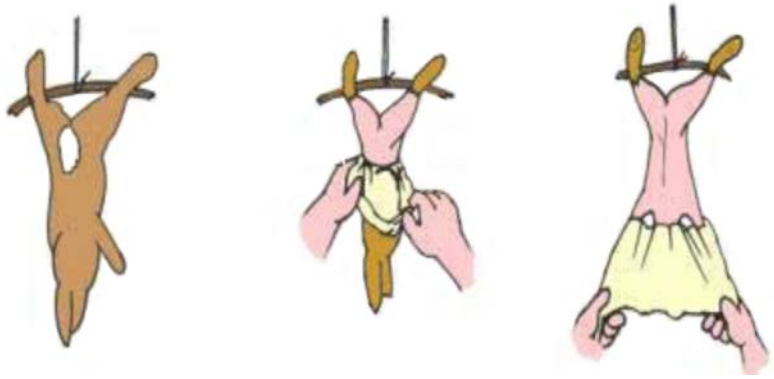
Point d'enseignement 1 **Expliquer et démontrer comment dépouiller un petit animal**

Durée : 15 min Méthode : Démonstration

DÉPOUILLER UN PETIT ANIMAL

Afin d'obtenir de meilleurs résultats, les étapes de dépouillement d'un petit animal devraient être effectuées selon l'ordre ci-dessous :

1. Retirer l'urine en tenant les pattes antérieures de l'animal et en appuyant graduellement sur la poitrine en descendant jusqu'aux intestins.
2. Faire un trou dans le ventre.
3. Écarter la peau du trou afin d'exposer les entrailles. Retirer les entrailles.
4. Inciser la peau autour des pattes avant et arrière et entre les pattes arrière.
5. Suspendre le petit animal et enlever la peau en la tirant vers le bas et par-dessus la tête.
6. Couper la tête du petit animal.



« Dressing », Simple Survival. Extrait le 15 mars 2007 du site http://www.simplesurvival.net/dressing.htm

Figure 1 Dépouiller un petit animal



Les entrailles peuvent servir d'appât ou être enterrées pour éviter que leur odeur attire les insectes et les charognards.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

QUESTIONS

Q1. Comment retire-t-on l'urine du corps d'un animal?

Q2. Quelle partie du corps de l'animal est incisée en premier?

Q3. Quelle est la dernière étape du dépouillement d'un animal?

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-803/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-803-PF-002/A-CR-CCP-803-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Retirer l'urine en tenant les pattes antérieures de l'animal et en appuyant graduellement sur la poitrine en descendant jusqu'aux intestins.

R2. La première incision est pratiquée dans le ventre.

R3. Couper la tête du petit animal.

Point d'enseignement 2 **Expliquer et démontrer comment préparer un poisson**

Durée : 15 min Méthode : Démonstration

PRÉPARER UN POISSON

Pour empêcher le poisson de s'avarier, le préparer aussitôt que possible. Les entrailles peuvent servir d'appât ou être enterrées pour éviter que leur odeur attire les insectes et les charognards. Conserver le poisson au frais, et le faire cuire aussitôt que possible.

1. **Saignée.** Aussitôt que le poisson est pêché, lui couper la gorge et le laisser saigner. Essuyer le dépôt gluant sur le poisson pour le rendre moins glissant. S'assurer de ne pas laisser ce dépôt entrer en contact avec les yeux, car cela peut causer une conjonctivite du marin pêcheur (« rosissement des yeux »). Enlever les branchies au couteau (il s'agit des ouvertures de chaque côté et juste derrière la tête du poisson), car elles se gâteront rapidement.

2. **Éviscération.** Pratiquer une incision de l'orifice anal jusqu'à l'endroit où la gorge a été coupée. Enlever les entrailles; elles peuvent servir d'appât. Garder la rogue qui se trouvent sur le flanc du poisson. Cette substance, très nutritive, est dure dans le cas des femelles et molle dans le cas des mâles.



La rogue d'un poisson se situe aux organes sexuelles (une rogue dure représente les œufs et une rogue molle représente le sperme). Il est recommandé de ne pas expliquer ceci aux cadets.

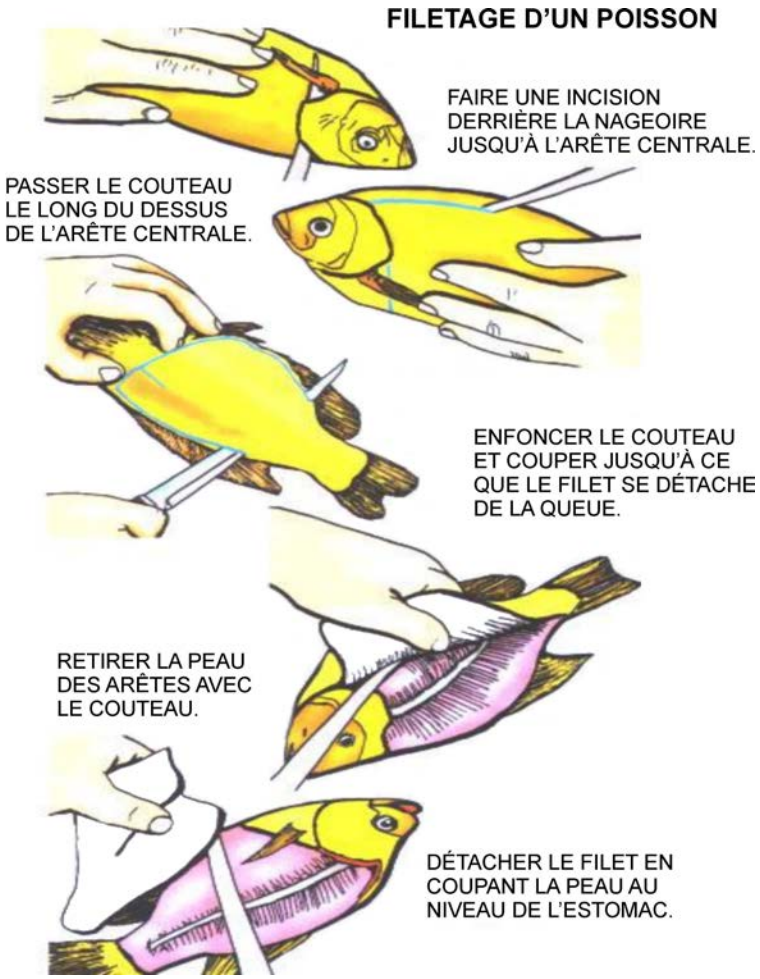
3. **Écaillage.** Il n'est pas nécessaire d'écailler le poisson - il peut être cuit avec ses écailles, mais si le temps le permet, les enlever en les grattant. Enlever les écailles en tenant le poisson par la queue et en passant un couteau émoussé sur la peau à un angle de 45 degrés. Faire passer le couteau de la queue vers la tête.



Le poisson-chat est pourvu d'une peau et non d'écailles; il doit donc être dépouillé comme un petit animal.

4. **Filetage.** Passer le couteau le long du dessus de l'arête centrale. Inciser derrière la nageoire jusqu'à l'arête centrale. Enfoncer le couteau et couper jusqu'à détacher le premier filet de la queue. Retirer la peau des arêtes avec le couteau. Détacher le filet en coupant la peau au niveau de l'estomac.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-803/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-803-PF-002/A-CR-CCP-803-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.



P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival, Paul Tawrell (page 144)

Figure 2 Filetage d'un poisson

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

QUESTIONS

Q1. Qu'est-ce qui doit être fait aussitôt qu'un poisson est pêché?

Q2. Que doit-on faire avec les entrailles?

Q3. Quelle technique est utilisée pour le filetage?

RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Aussitôt que le poisson est pêché, lui couper la gorge et le laisser saigner.

R2. Enlever les entrailles; elles peuvent servir d'appât.

R3. Filetage :

(1) Passer le couteau le long du dessus de l'arête centrale.

(2) Inciser derrière la nageoire jusqu'à l'arête centrale.

(3) Enfoncer le couteau et couper jusqu'à détacher le premier filet de la queue.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-803/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-803-PF-002/A-CR-CCP-803-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

(4) Retirer la peau des arêtes avec le couteau.

(5) Détacher le filet en coupant la peau au niveau de l'estomac.

Point d'enseignement 3 **Expliquer les méthodes de cuisson d'un petit animal ou d'un poisson et démontrer une des méthodes**

Durée : 20 min Méthode : Démonstration



Bien qu'une seule méthode ne soit démontrée, il faut expliquer les trois méthodes.

CUIRE UN PETIT ANIMAL OU UN POISSON

En plus de tuer les parasites et les bactéries, la cuisson des aliments les rend plus agréables au goût. Les méthodes choisies pour cuire un petit animal ou un poisson sont en fonction des articles dont on pourrait disposer dans une situation de survie.



Pratiquer la cuisson d'un petit animal ou d'un poisson avant de démontrer aux cadets une des procédures suivantes. Préparer tout le matériel avant le début de la classe. Les petits animaux et les poissons préparés durant la pratique de l'instructeur doivent être cuits selon les trois méthodes et utilisés comme exemple des produits finis (entièrement cuits).

LA GRILLADE

Voici quelques points dont il faut tenir compte lorsqu'on fait griller de la nourriture :

- Le grillage est une façon rapide de faire cuire de grandes quantités d'aliments. Toutefois, pour ce faire, il faut un support (grillage métallique ou grille avec des bâtons de bois très verts) posé sur des roches au-dessus de la braise d'un feu.
- On ne doit faire des grillades que lorsqu'on dispose de beaucoup d'aliments, puisque cela gaspille la plus grande partie du gras de viande.
- On peut utiliser les roches chaudes à côté du feu comme surface de cuisson.

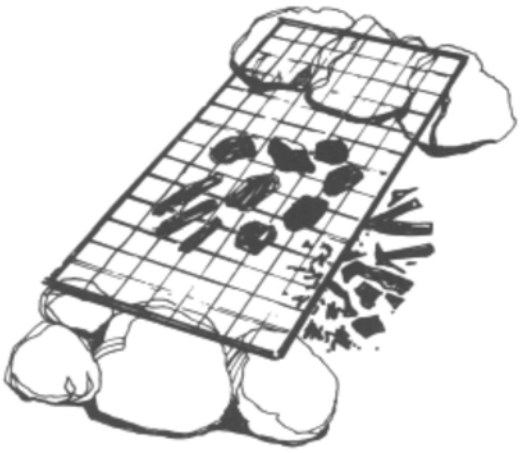
Grillade :

1. Placer de grosses roches sur chaque côté du feu pour pouvoir y appuyer un grillage métallique ou des bâtons de bois vert.

2. Placer un grillage métallique ou des bâtons de bois vert (en forme de grille) sur les roches au-dessus du feu.

3. Mettre la nourriture sur le grillage métallique ou les bâtons de bois vert et la faire cuire jusqu'à ce que la chair ne soit plus rose. Les poissons d'eau douce ne sont généralement pas porteurs de microbes et peuvent être mangés crus. Toutefois, ils sont plus agréables au goût lorsqu'ils sont cuits.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-803/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-803-PF-002/A-CR-CCP-803-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.



SI L'ON NE DISPOSE D'AUCUN GRILLAGE MÉTALLIQUE, FABRIQUER UNE GRILLE AVEC DES BÂTONS DE BOIS TRÈS VERT OU APPUYER UN LONG BÂTON SUR UN SUPPORT FOURCHU DE MANIÈRE À MAINTENIR LA NOURRITURE AU-DESSUS DU FEU. ENROULER LA NOURRITURE AUTOUR DU BÂTON. ON PEUT AUSSI RÔTIR DE LA VIANDE ET DES LÉGUMES SUR UN BÂTON MAINTENU AU-DESSUS DE LA BRAISE PAR UN BÂTON FOURCHU SUR CHAQUE CÔTÉ.

J. Wiseman, The SAS Survival Handbook, HarperCollins Publishers (page 284)

Figure 3 Grillage

LE RÔTISSAGE

Voici quelques points dont il faut tenir compte lorsqu'on fait rôtir de la nourriture :

- Pendant le rôtissage, la viande cuit dans son propre gras.
- En faisant tourner continuellement la viande, on s'assure que le gras s'écoule sur toute sa surface.
- La façon la plus facile est d'enfiler la viande sur une broche et de la faire tourner au-dessus de la braise chaude d'un feu ou à côté d'un feu intense, où il fait assez chaud pour que les aliments cuisent.
- Le rôtissage donne un mets très savoureux, mais comporte deux désavantages :
    - On perd le gras précieux, à moins de déposer un plateau d'égouttage sous la broche. Il faut ainsi badigeonner régulièrement la viande avec le gras que l'on récupère dans le plateau.
    - Le rôtissage avec un feu intense peut faire cuire et sceller l'extérieur de la viande en laissant la viande intérieure non cuite, ce qui empêche la destruction de toutes les bactéries dangereuses. Il est préférable de la faire rôtir lentement. De cette façon, la viande intérieure peut continuer à cuire une fois que la viande extérieure a été coupée.

Rôtissage :

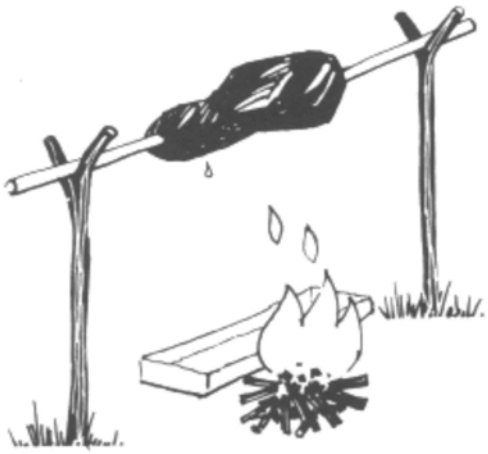
1. Construire une broche à rôtir avec deux bâtons en Y et un bâton de bois vert en guise d'élément central.

2. Placer la broche sur le feu.

3. Embrocher la viande et la placer sur le feu. Tourner la broche au-dessus des braises chaudes ou bien la placer à côté d'un feu intense où il fait assez chaud pour cuire les aliments. Si possible, déposer un plateau d'égouttage sous la viande afin de garder le gras.

4. Continuer de faire tourner la viande pour s'assurer que le gras s'écoule sur toute sa surface.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-803/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-803-PF-002/A-CR-CCP-803-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.



LE FEU DEVRAIT SE SITUER UN PEU À CÔTÉ DE LA NOURRITURE POUR LAISSER LE PRÉCIEUX GRAS TOMBER SUR UN PLATEAU D'ÉGOUTTAGE.

J. Wiseman, The SAS Survival Handbook, HarperCollins Publishers (page 284)

Figure 4 Le rôtissage

LA FRITURE

Voici quelques points dont il faut tenir compte lorsqu'on fait frire de la nourriture :

- La friture est une excellente façon de varier les repas si l'on dispose de matière grasse et d'un contenant pour frire les aliments.
- Toute feuille de métal que l'on peut courber ou sur laquelle on peut former un rebord peut servir de casserole.
- Dans certaines régions, on peut trouver de grosses feuilles qui contiennent suffisamment d'huile pour les empêcher de dessécher avant la fin de la cuisson. Pour ne pas gaspiller d'aliments précieux, faire d'abord un essai avec les feuilles. Vérifier si elles brûlent quand on les met au-dessus de la braise. Si l'on utilise une feuille, frire les aliments sur la braise plutôt que sur les flammes.

Friture :

1. Mettre une roche plate, une grande feuille ou une feuille de métal sur le feu ou à côté de celui-ci. (Éviter les roches qui contiennent un haut degré d'humidité, car elles peuvent exploser lorsqu'elles sont chauffées.)

2. Laisser la roche ou la feuille de métal s'échauffer et l'utiliser pour la cuisson, comme s'il s'agissait d'une poêle à frire.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

QUESTIONS

Q1. Nommer trois méthodes de cuisson.

Q2. Quelle méthode de cuisson ne devrait être utilisée que si la nourriture est abondante?

Q3. Quel matériau peut servir de poêle?

RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. La grillade, le rôtissage et la friture.

R2. On ne doit faire des grillades que lorsqu'on dispose de beaucoup d'aliments, puisque cela gaspille la plus grande partie du gras de viande.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-803/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-803-PF-002/A-CR-CCP-803-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

R3. Toute feuille de métal que l'on peut courber ou sur laquelle on peut former un rebord peut servir de casserole.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à l'identification des méthodes de préparation et de cuisson d'un petit animal ou d'un poisson servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

Il est important que les cadets identifient les méthodes de préparation et de cuisson d'un petit animal ou d'un poisson en situation de survie, car, avant de pouvoir manger ce qu'ils ont pris, ils doivent savoir les préparer et les faire cuire. La préparation et la cuisson adéquates des aliments limitent les risques d'attraper une maladie et permettent de mieux préserver la nourriture.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

Les cadets qui ne se sentent pas à l'aise à l'idée de dépouiller un petit animal ne sont pas tenus de participer à cette partie de la leçon, mais ils doivent être présents pour le PE sur la préparation d'un petit animal ou d'un poisson.

Si on ne réussit pas à attraper un lapin ou un écureuil à l'aide d'un collet, on peut s'en procurer au marché des fermiers ou à un endroit semblable.

Si on ne réussit pas à attraper un poisson, on peut s'en procurer au marché des fermiers ou à un endroit semblable.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C0-111 (ISBN 978-0-9740820-2-8) Tawrell, P. (2006). *Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book* (2e éd). Lebanon, New Hampshire, Leonard Paul Tawrell.

C3-002 (ISBN 0-00-653140-7) Wiseman, J. (1999). *The SAS Survival Handbook*. Hammersmith, Londres, HarperCollins Publishers.

C3-003 (ISBN 1-896713-00-9) Tawrell, P. (1996). *Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book*. Green Valley, Ontario, Paul Tawrell.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-803/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-803-PF-002/A-CR-CCP-803-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.