

Nous sommes allés à une rencontre autour du thème de la Nature. Nous avons fait des activités.

Nous nous sommes assis en rond et un animateur nous a donné une assiette avec des fruits. Nous devons les trier.

Il y avait :

> des fruits à coquilles : noix, noisettes, amandes, pistaches.....



châtaigne

> des fruits secs : glands, pignons de pins, faines....

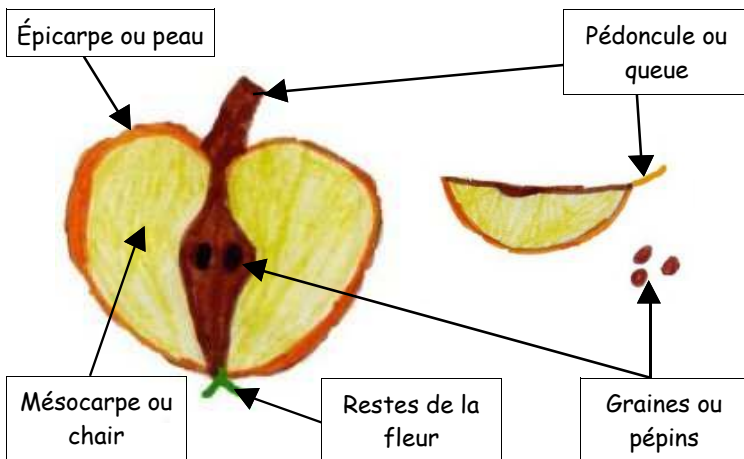


noix

> des fruits charnus : pommes, mûres, fraises....



## Une pomme coupée



## A quoi servent les fruits?

Tous les fruits contiennent au moins une graine, par exemple, la cerise a un noyau. Certains fruits possèdent plusieurs graines, c'est le cas des pommes avec leurs pépins.

Quand la graine germe, elle donne naissance à une nouvelle plante.

Le fruit est donc un moyen pour la plante de se reproduire.

## Où poussent les fruits?

Ils poussent sur des arbres : pommier, poirier, cerisier..., sur des arbustes : noisetier, caféier..., ou sur des plantes au ras du sol : fraisier, myrtilier...

## Fruit ou légume?

Quand tu coupes une tomate, tu trouves plein de grains à l'intérieur. Ces grains sont des graines. La tomate est donc un fruit. Pourtant, elle est vendue dans le rayon des légumes dans les magasins car elle est plus souvent utilisée dans des recettes salées.

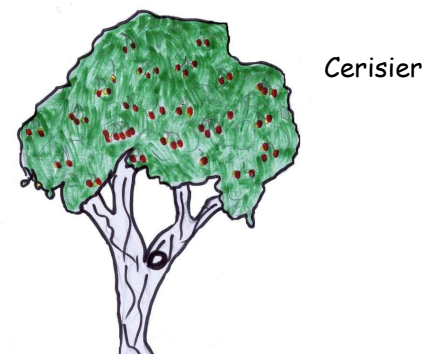
> Dans la nature, c'est un fruit : elle sert à la reproduction de la tomate.

> Dans les magasins, c'est un légume : elle sert le plus souvent pour faire des plats salés.

Connais-tu d'autres fruits qui servent comme légumes dans les recettes?

**Attention!** Les légumes que nous mangeons ne proviennent pas tous de la même partie de la plante:

- \* le riz est une graine,
- \* les épinards sont des feuilles,
- \* le radis est une racine,
- \* l'artichaut est une fleur.



Cerisier



Pommiers

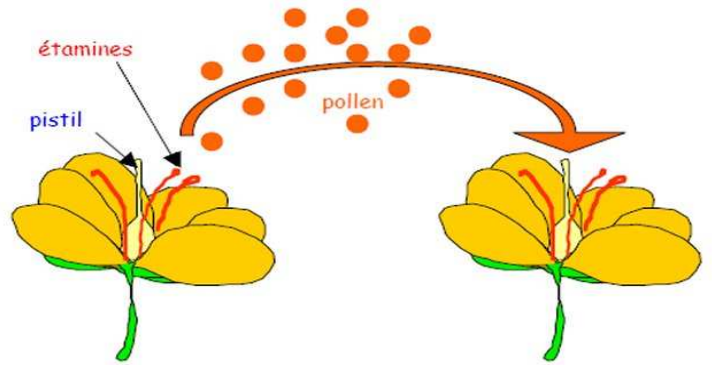


# Les fruits

## Comment se forment les fruits ?

Tout commence dans les fleurs : les **étamines** produisent des milliers de grains de **pollen**. Quand ces grains arrivent à l'extrémité du **pistil**, un seul féconde la fleur. Celle-ci commence alors à grossir lentement pour former le fruit.

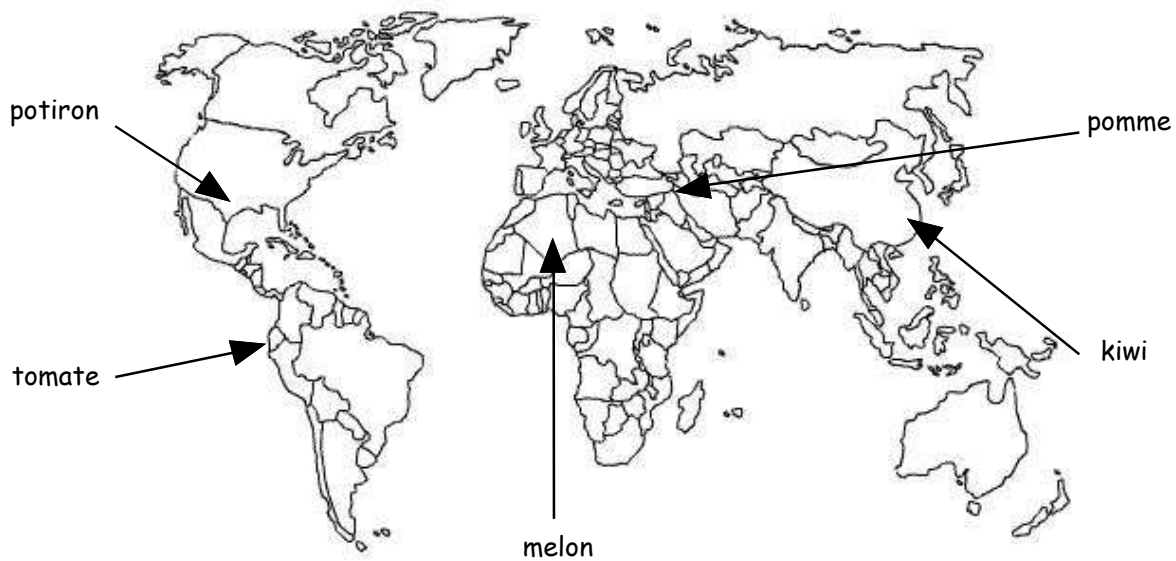
Le vent et les insectes peuvent transporter le pollen sur une autre fleur de la même espèce.



## Origine des fruits

La plupart des fruits cultivés de nos jours dans notre pays n'y poussaient pas à l'origine. Ils ont été rapportés et se sont adaptés à notre climat. Voici les pays d'origine de quelques fruits.

A toi d'en trouver d'autres.



## Des fruits compliqués

Certains fruits sont constitués de plusieurs petits fruits « collés » les uns aux autres. Ce sont des fruits composés: la framboise, l'ananas, la mûre.....



La fraise porte ses graines à la surface du fruit au lieu de les protéger à l'intérieur.



Les pommes de pin ou cônes portent les graines nues enfouies dans les écailles.



## Sont-ils tous bons pour la santé?

Les médecins recommandent de manger des fruits et des légumes plusieurs fois par jour. Quand ils sont crus, ils contiennent beaucoup de vitamines qui permettent à notre corps de « fonctionner » correctement. Quand ils sont cuits, leurs fibres facilitent le transit des aliments dans nos intestins.

Attention tout de même, tous les fruits ne sont pas comestibles; par exemple, les fruits de certains arbustes en forêt.

Il faut penser à faire cuire les fruits qui poussent au sol dans la nature (framboises, fraises, myrtilles). Les animaux ont pu souiller de leurs urines ou de leurs crottes.



Tu peux en savoir plus en consultant la [BTJ 88](#) « la châtaigne », la [BTJ 99](#) « les framboises », la [BTJ 116](#) « la noix », la [BTJ 161](#) « la noix de coco », la [BTJ 499](#) « le pommier au fil des saisons », les fiches 1 à 10 de [BTJ activités](#) sur l'alimentation, le CD Rom BTJ n°2 « le corps humain », et plus encore en recherchant sur Encycoop.

