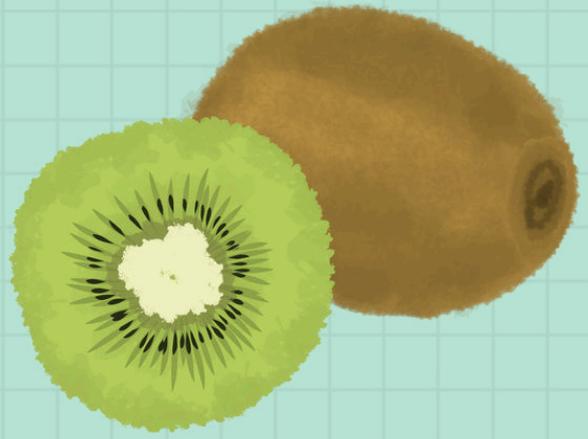


LE KIWI

Fiche technique



FRUIT OU LÉGUME ?

Fruit

1

FAMILLE

Fruit exotique

2

OÙ Pousse t'il ?

Originaires de Chine.
Ils poussent dans les climats
montagneux et tropicaux.

3

ARBRE, PLANTE

Arbre à kiwi ou Actinidier

4

SAISONS, MOIS ?

- Automne
 - Hiver
 - Printemps
- De novembre à mai

5

PARTIE COMESTIBLE

La chair

6

QUEL GOÛT ?

Sucré et légèrement acidulé

7

COMMENT LE MANGER ?

Cru, épluché, écrasé, coupé en
tranches ou en dés, à la cuillère,
en tarte, en compote

8

ASTUCE CONSERVATION

Dans le bac à légumes du
réfrigérateur ou à l'air libre.

LA COURGETTE

Fiche technique



FRUIT OU LÉGUME ?

Légume

1

FAMILLE

Légumes fruits

2

OÙ POUSSÉ T'ELLE ?

Originaire de Amérique centrale et du Mexique.
Elle pousse dans les endroits très ensoleillés.

3

ARBRE, PLANTE

Plant de courgette

4

SAISON, MOIS ?

- Automne
 - Printemps
- De juin à septembre

5

PARTIE COMESTIBLE

La chair et la peau

6

QUEL GOÛT ?

Sucré et légèrement acidulé

7

COMMENT LA MANGER ?

Crue, cuite

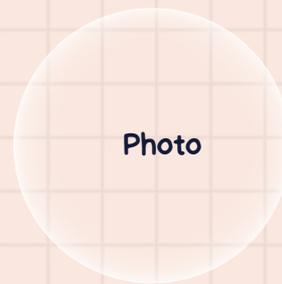
8

ASTUCE CONSERVATION

Dans le bac à légume du réfrigérateur.

NOM

Fiche technique



Photo

FRUIT OU LÉGUME ?

Dire si c'est un fruit ou un légume ou les deux

1

FAMILLE

Familles de fruit

- fruits exotiques
- fruits rouges/baies
- agrumes
- fruits à noyau
- fruits à coque
- fruits à pépin

Familles de légumes :

- légumes bulbes
- légumes feuilles
- légumes fleurs
- légumes fruits
- légumes racines
- légumes tiges
- légumes graines
- légumes tubercules

2

OÙ POUSSE T'ELLE ?

Lieu où il pousse et où on peut les trouver

3

ARBRE, PLANTE

Nom de l'arbre ou de la plante

4

SAISONS, MOIS ?

Durant quelles saisons ou quels mois nous pouvons les trouver ?

5

PARTIE COMESTIBLE

Chair, peau, feuilles, graines... ?

6

QUEL GOÛT ?

Décrire le goût de l'aliment : sucré, salé, acide, amer...

7

COMMENT LA MANGER ?

Cru, cuit, ... ?

8

ASTUCE CONSERVATION

Comment pouvons nous les conserver ?

NOM

Fiche technique

FRUIT OU LÉGUME ?

1

FAMILLE

2

OÙ POUSSE T'ELLE ?

3

ARBRE, PLANTE

4

SAISONS, MOIS ?

5

PARTIE COMESTIBLE

6

QUEL GOÛT ?

7

COMMENT LA MANGER ?

8

ASTUCE CONSERVATION

LÉGUMES BULBES

Légumes contenant des écailles, poussant sous terre, et dont une tige sort de la terre.

Ex : oignon, ail, échalote...

LÉGUMES FEUILLES

Plante dont la feuille est consommée comme légume.

Ex : chou, épinard, salade, endive, blette...

LÉGUMES FLEURS

Plante dont la fleur est consommée comme légume.

Ex : artichaut, chou-fleur, brocoli...

LÉGUMES GRAINES

Légume dont on ne consomme que l'intérieur des gousses.

Ex : haricot, petit pois, maïs, fève, lentille...

FAMILLE DES LÉGUMES

PLANTES POTAGÈRES

LÉGUMES TUBERCULES

Plante dont on ne consomme que les excroissances souterraines

Ex : topinambour, pomme de terre, manioc...

LÉGUMES FRUITS

C'est un fruit au sens botanique mais qui se consomme comme un légume.

Ex : concombre, aubergine, courgette, tomate...

LÉGUMES RACINES

C'est la partie souterraine (racine) qui est consommée

Ex : radis, carotte, céleri-rave, betterave, navet...

LÉGUMES TIGES

Plante dont la tige est la partie consommée.

Ex : asperge, céleri, fenouil...

FRUITS EXOTIQUES

Fruit qui a été transporté en dehors de son pays d'origine

Ex : mangue, fruit de la passion, ananas

BAIES ET FRUITS ROUGES

Petits fruits de couleur noire, rouge, rose ou violette

Ex : framboises, fraises, mûres, cassis, groseilles

AGRUMES

Catégorie qui regroupe l'ensemble des fruits tels que les oranges, pamplemousses, citrons, clémentines, mandarines, etc...

FAMILLE DES FRUITS CONTIENNENT DES GRAINES

FRUITS À NOYAUX

Fruits constitués d'un unique et gros noyau central, celui-ci est dur et renferme la graine

Ex : abricots, pêches, prunes...

FRUITS À COQUE

Fruits secs protégés par une enveloppe dure appelée coque ou coquille

Ex : noix, noisettes, amandes, cacahuètes...

FRUITS À PÉPINS

Fruits contenant un ou plusieurs pépins : graine sans coque dure

Ex : Avocats, pommes, poire...