

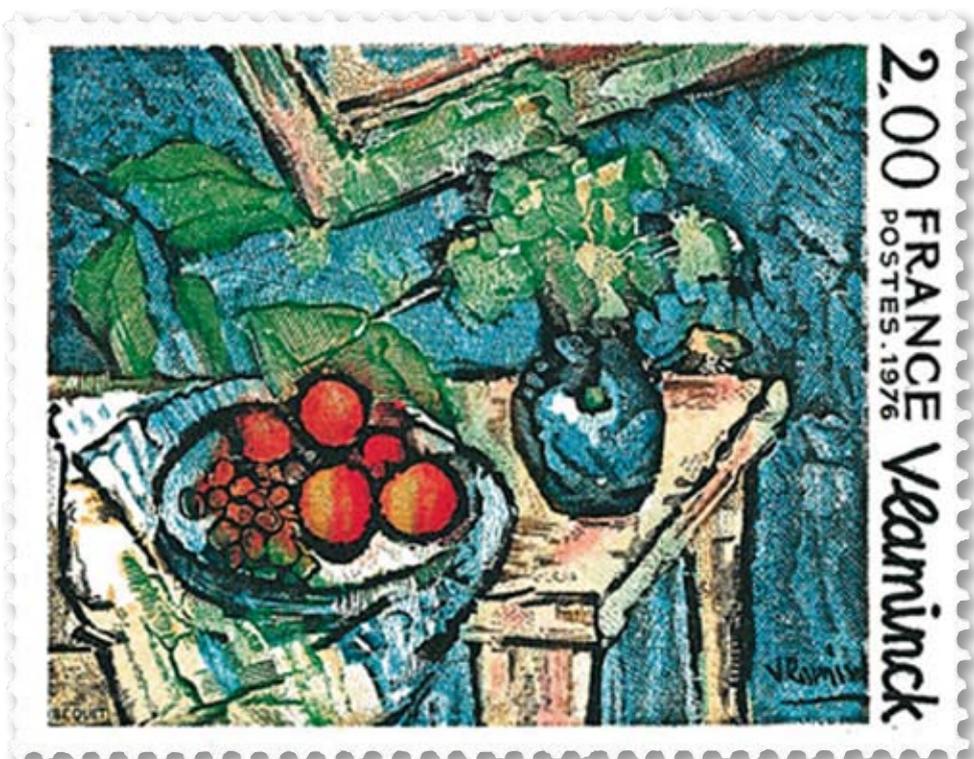
Place à l'image

LES FRUITS DE LA NATURE MORTE

L'auteur de ce tableau, Maurice de Vlaminck (1876-1958), est né à Paris en 1876. Ce passionné de courses cyclistes et de vitesse est d'abord ouvrier dans un atelier de vélos, mais aussi écrivain, avant de commencer à peindre.

Comme dans beaucoup de ses tableaux réalisés dans les années 1910, tu peux remarquer que le bleu occupe une grande place, éclairé par un peu de blanc. L'artiste fait ainsi ressortir la forme géométrique de la table et du cadre qu'on devine en haut, ainsi que l'assiette de fruits, comme posée en équilibre. Vlaminck a choisi de représenter les objets les plus simples et les fruits les plus ordinaires dans sa **nature morte** : une grappe de raisin et quelques oranges, dont la couleur vive attire volontairement notre regard.

Les fruits et les légumes



Le Sais-tu ?

La tomate, qui est l'aliment le plus consommé au monde, est souvent considérée comme un légume, ce qui est une erreur ! On peut se tromper, car elle est généralement utilisée dans des plats salés. Mais, tout comme la courgette, l'olive, le concombre, le haricot vert, l'aubergine ou encore le poivron, il s'agit bien d'un fruit, car elle est le produit d'une fleur.

Fruit ou légume



Le fruit est ce que produit un arbre après la fleur. À l'intérieur, on trouve les graines, noyaux ou pépins, qui, s'ils étaient plantés, donneraient naissance à de nouvelles plantes, qui elles-mêmes donneraient de nouveaux fruits. Le légume,

lui, est une plante potagère, une plante cultivée spécialement pour être mangée. Ce mot « potagère » vient d'ailleurs de « potage », puisque, à l'origine, on utilisait ce type de plantes pour préparer la soupe.



EN
SAVOIR
PLUS !

Découvre, observe et

Découvre

DRÔLES DE FRUITS



Certains fruits, comme les mûres ou les framboises, sont en réalité composés d'une multitude de fruits séparés, possédant chacun leur propre graine. D'autres, les fruits composés, comme l'ananas, proviennent non pas d'une seule fleur, mais de plusieurs, qui se sont collées entre elles. D'autres encore sont appelés les « fruits complexes », car ils ne sont pas issus d'une fleur, comme la fraise, qui est un bout de tige qui s'est développé.

5 FRUITS ET LÉGUMES PAR JOUR !



Tu as sans doute déjà entendu dire qu'il faut manger 5 fruits et légumes par jour. En réalité, il s'agit plutôt de 5 portions, 5 parts, soit à peu près 1 poignée ou 2 cuillères à soupe pleines. Par exemple, 1 tomate, 1 poignée de haricots verts, 1 grosse carotte, 1 tranche de melon, 1 pomme, 1 banane, 2 abricots ou encore 5 ou 6 fraises. Bien sûr, tu peux aussi les manger cuisinés, sous forme de soupes, de tartes, de jus de fruits frais, de compotes, etc. Ils peuvent également être **surgelés** ou en conserve. L'idéal étant d'en changer chaque jour. Mais pourquoi est-ce si important d'en manger ? Parce qu'ils contiennent des **vitamines** et des **minéraux** dont notre corps a besoin pour rester en bonne santé, tout simplement.

Découverte du monde

LA NAISSANCE D'UN FRUIT

Au tout départ, il y a une fleur, constituée de parties mâles, les étamines, qui produisent le **pollen**, et de parties femelles, appelées « pistils ». Pour que naisse un fruit, il faut que des insectes ou le vent, par exemple, déposent le pollen sur le pistil. C'est ce qu'on appelle la « pollinisation ». La fleur va alors peu à peu se faner, et la forme du fruit commencera à apparaître. Du soleil, de l'eau et un peu de temps seront nécessaires pour qu'il grandisse et que tu puisses le cueillir.



VOCABULAIRE

Nature morte : œuvre d'art représentant des objets inanimés.

Surgelé : qui a été congelé rapidement pour être conservé.

Minéraux (ici) : petits éléments présents dans l'eau et dans les aliments.

Vitamines : substances bonnes pour la santé que l'on trouve dans certains aliments.

Pollen : poussière faite de tout petits grains, que fabriquent les fleurs et qui est nécessaire pour que la fleur donne un fruit.

Vergers : terrain où sont plantés des arbres qui donnent des fruits.



Lectures



Je me suis bien régalé de fruits d'automne,

Je me suis bien régalé avec la pomme du pommier.

Je n'ai surtout pas mangé le gland du chêne,

Je n'ai surtout pas mangé le marron du marronnier.

Je me suis bien régalé de fruits d'automne,

Je me suis bien régalé avec la poire du poirier.

Je n'ai surtout pas mangé le gland du chêne,

Je n'ai surtout pas mangé le marron du marronnier.



Roland Topor, Fruits d'automne.

Découverte du monde

LES DIFFÉRENTS TYPES DE LÉGUMES



Il existe bien des formes de légumes. Les légumes feuilles dont on mange les feuilles, comme la salade et l'épinard. Les légumes tiges, comme le poireau et l'asperge. Les légumes racines, comme la carotte et le radis. Les légumes graines, comme la lentille et le flageolet. Les légumes fleurs, comme l'artichaut et le chou-fleur. Les bulbes, comme l'oignon et l'échalote. Les tubercules, comme la pomme de terre et le topinambour. Et enfin les fines herbes, comme le persil et la ciboulette.

Un véritable musée vivant qui t'invite à la découverte des fruits et des légumes sous toutes leurs formes

www.epicurium.fr

Visite le site de l'exposition « Bon appétit » sur les aliments en général

www.cite-sciences.fr/francais/ala_cite/expositions/bon-appetit/

Découvre au Louvre le peintre Arcimboldo, dont les personnages sont constitués de fruits et de légumes.

Les fruits exotiques

On nomme « fruits exotiques » les fruits qui ne sont pas cultivés dans notre pays ou dans ses environs. Tu en connais certains, comme la banane, la noix de coco, l'ananas ou la mangue. Mais il y a aussi le kaki, qui ressemble à une tomate orange, ou le fruit de la passion, qui a la forme d'un gros œuf.

Observe cette peinture de Paul Gauguin (1848-1903).

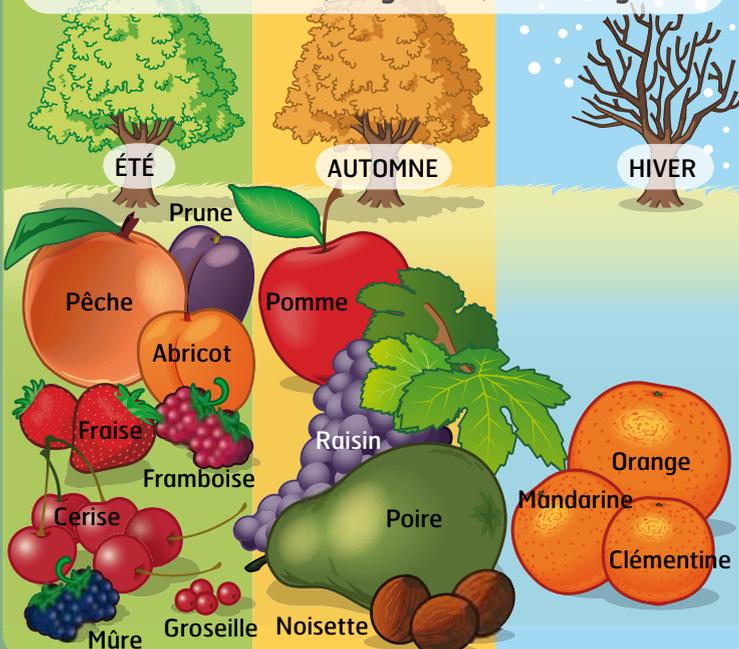
Elle représente une Tahitienne (une habitante de l'île de Tahiti, dans le Pacifique) tenant dans ses mains un fruit qu'elle vient de cueillir, peut-être une mangue ou une papaye. C'est sûr, il n'existe pas de fruits semblables dans nos vergers !



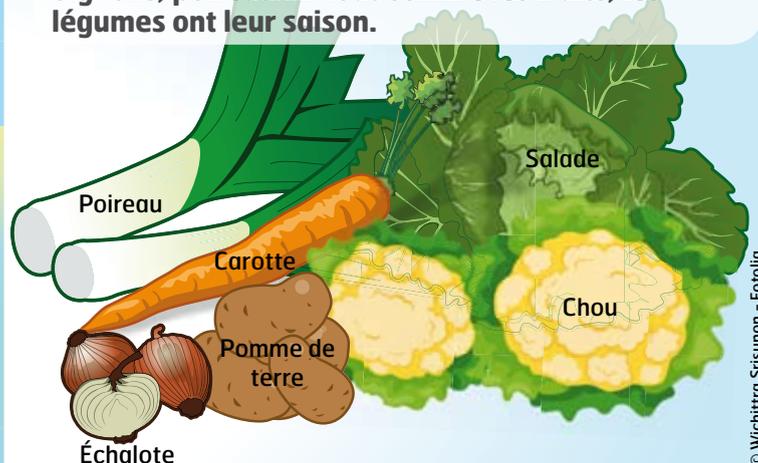
Comprendre

Les fruits et les légumes

Il vaut mieux manger les fruits pendant la saison de leur récolte. Ils ont, en général, meilleur goût.



Les agriculteurs qui cultivent les légumes sont des maraîchers. De nombreux légumes sont cultivés en France : pommes de terre, laitues, choux, épinards, oignons, poireaux... Tout comme les fruits, les légumes ont leur saison.



Les légumes et les fruits nous apportent des éléments dont notre corps a besoin, comme les vitamines. Manger des légumes et des fruits contribue à rester en bonne santé.

ART PRESSE © Wichitra Srisunon - Fotolia





LES FRUITS ET LES LÉGUMES DANS L'ART

Comme Arcimboldo, peins, sculpte ou réalise des collages de personnages constitués de fruits et de légumes.



© Spinetta / tuja66 - Fotolia

DANS LE POTAGER

Attribue à chacune de ces plantes potagères son nom.



- Épinard 1
- Poireaux 2
- Salade 3
- Betterave 4
- Carotte 5
- Radis 6
- Pomme de terre 7
- Blette 8

© A. Kuzmin / L. Bouvier / Patryssia / Coco - Fotolia

Réponses : a/2, b/4, c/8, d/3, e/5, f/1, g/7, h/6.