

# Fiche d'information sur les fraises !

## La collation de la ferme à l'école d'aujourd'hui met en vedette des fraises locales !

Bien que les fraises soient originaires d'Amérique du Nord et d'Amérique du Sud, les fraises que vous allez déguster aujourd'hui ont été cultivées localement à :

 à 

### Comment poussent-elles ?

Les fraises sont de petites plantes qui poussent aussi bien à l'état sauvage que dans les fermes. Elles poussent sur des vignes près du sol ou sur des tables surélevées, avec des feuilles vertes et des fleurs blanches. Les abeilles et autres insectes contribuent à la pollinisation des fleurs. Une fois pollinisées, les pétales tombent et le cœur jaune se transforme en petites baies vertes. Ces baies grossissent et changent de couleur, passant du vert au blanc, puis au rouge vif à maturité. Cette nouvelle variété de fraises remontantes offre des baies fraîches de juin à octobre. Les fraises se dégustent fraîches, en confitures, en thé ou en délicieux desserts !



### Faits amusants

- Une fraise de taille moyenne contient environ 200 graines.
- Les fraises sont cultivées dans toutes les provinces du Canada.
- Lorsque vous cueillez des fraises, n'oubliez pas qu'elles ne mûrissent pas après la cueillette. Assurez-vous de choisir des fraises entièrement rouges (et non blanches ou vertes).

### Autour du monde

Les fraises des bois existent depuis des millénaires. Pour les Mi'kmaq, elles étaient à la fois un remède et une source alimentaire importante, récoltées fraîches en été et séchées en hiver. Au XVIII<sup>e</sup> siècle, les Européens ont commencé à cultiver un hybride de deux espèces sauvages, l'une d'Amérique du Nord, l'autre d'Amérique du Sud, donnant naissance aux fraises plus grosses et plus sucrées que nous connaissons aujourd'hui.

### Façons d'explorer

Demandez aux apprenants s'ils souhaitent partager des plats culturels ou des traditions familiales qui incluent des fraises.

Guidez les élèves à travers une expérience de dégustation en pleine conscience :



regarder



toucher



goûter



sentir

**Savourez cette collation « au goût d'été » !**

Trouvez plus de ressources sur [www.nourishns.ca](http://www.nourishns.ca)