



Fiche d'information sur les nectarines !

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

Bien que les nectarines soient originaires de Chine, les nectarines que vous allez déguster aujourd'hui ont été cultivées localement à :

à

Comment poussent-elles ?

Les nectarines appartiennent à la famille des roses, tout comme les pêches, les prunes et les cerises. On les classe comme des « drupes », ce qui signifie qu'elles possèdent un noyau dur au cœur du fruit. La culture des nectarines est un travail agricole permanent. En hiver, les agriculteurs taillent les branches ; au printemps, ils éclaircissent les fleurs et les fruits ; en été, ils cueillent les nectarines à la main ; et à l'automne, ils nettoient les vergers. Les nectarines peuvent être dégustées crues, en salade, en garniture de yogourt, ou cuites dans des pâtisseries, des sauces et d'autres plats.



Faits amusants

- Les nectarines sont souvent appelées pêches « sans poils » ou « rasées ». Bien que leur taille et leur couleur soient similaires à celles des pêches, les nectarines ont une peau lisse et les pêches sont couvertes de duvet.
- À l'hiver 2023, une vague de froid extrême a anéanti la récolte de nectarines en Nouvelle-Écosse.

Autour du monde

Les nectarines ont été cultivées pour la première fois en Chine il y a plus de 2 000 ans, grâce à une mutation génétique naturelle des pêches. Elles se sont ensuite répandues dans d'autres régions du monde, où elles sont aujourd'hui largement cultivées. En Méditerranée, on les grille pour faire ressortir leur douceur naturelle, et dans la cuisine indienne, on les prépare souvent en chutney sucré-acidulé.

Façons d'explorer

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

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



regarder



toucher



goûter



sentir

Savourez cette collation juteuse !

Trouvez plus de ressources sur www.nourishns.ca