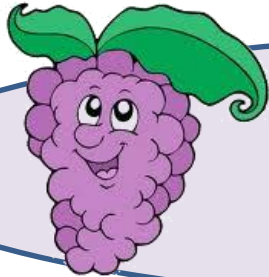


Journal de la Caisse des Écoles pour les enfants



Zoom sur le raisin

• Le raisin bon pour la santé

Blanc ou noir, le raisin est un fruit sucré et rafraîchissant. Il est le champion des minéraux mais il contient également des vitamines très intéressantes comme la vitamine C. Il est donc excellent pour avoir la forme !

• Culture et récolte

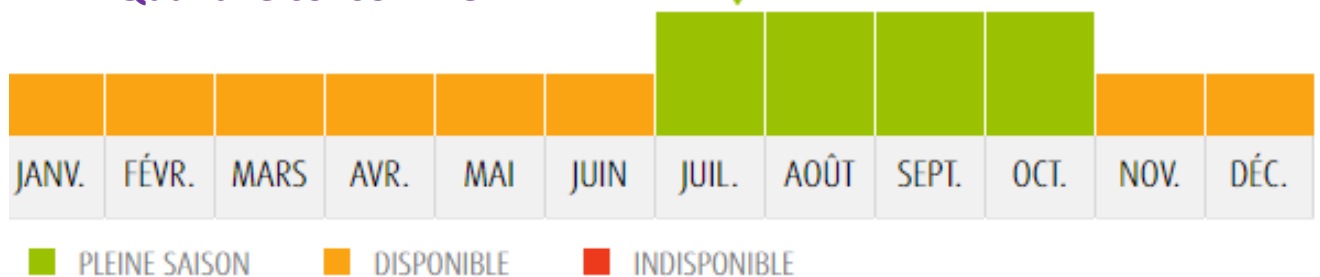
Le raisin est issu d'un arbre appelé la vigne. Il doit être planté à l'automne ou au printemps afin d'éviter les périodes de grands froids qui pourrait geler les arbres et les périodes de fortes chaleurs qui risqueraient d'assécher les racines.

Une fois plantées les vignes poussent et doivent être taillées chaque année pour améliorer leur pousse.

La récolte s'effectue manuellement afin de ne pas abîmer les grains.

• Quand le consommer

C'est la pleine saison



• Les variétés

Les variétés noires

-Le Muscat de Hambourg est reconnaissable à sa couleur « bleutée noire ». Ses grains sont petits, légèrement allongés.

-L'Alphonse Lavallée se distingue du Muscat par sa rondeur et sa grosseur.

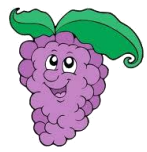
Les variétés blanches

On retrouve principalement le Chasselas qui offre de **belles grappes dorées**. Ses grains sont petits et ronds.

Les Variétés rouges ou rosées

La Red Globe est la plus répandue dans le monde ses grains sont gros, sphériques et fermes, sa couleur rose à rose violacé. Il existe aussi la Crimson. Ses grains sont allongés, rouges, croquants, et acidulés.





Le sais-tu ?

Les pépins de raisin sont excellents pour la santé : ils sont bons pour ta peau et tes cheveux. Tu peux donc en consommer sous forme d'huile de pépins de raisin en variant les vinaigrettes à la maison !

Tu peux conserver le raisin jusqu'à 5 jours si tu le met dans un sac dans le bac à légume de ton réfrigérateur. Mais sors le 30 minutes avant de le consommer pour qu'il soit moins froid!



Idée Recette

Ingrédients:

Fromage blanc, biscuits amaretto ou muesli, Raisin

Au petit déjeuner, au goûter ou même en dessert c'est la recette parfaite. **Dans un bol mettre du fromage blanc, des biscuits amaretto ou muesli et du raisin. Frais, croustillant et fruité pensez y!**

Le raisin est le 2^{ème} fruit le plus cultivé au monde, derrière les agrumes. Il est essentiellement produit en Italie, en Espagne et en France, où on le récolte en septembre et en octobre.

Longtemps consommé pour le vin, le raisin devient un aliment de table au XVI^{ème} siècle et François 1^{er} en fait un de ses desserts préférés.



Quizz

Voyons si tu as bien retenu!

• Quelle variété de raisin blanc retrouve-t-on généralement ?

1. La Red Globe 2. Le muscat 3. Le chasselas

• De quel arbre est issu le raisin

1. La vigne 2. Le vignier 3. Le bourgeon

• Quel roi appréciait particulièrement le raisin?

1. Albert 1^{er} 2. François 1^{er} 3. Louis XIII