Adresses des articles cités dans l'abécédaire

Ananas : https://fr.wikipedia.org/wiki/Ananas
Banane : http://banane.info/la-banane/histoire
Cerise : https://fr.wikipedia.org/wiki/Cerise
Durian : https://fr.wikipedia.org/wiki/Durian
Épine noire : https://fr.wikipedia.org/wiki/Prunellier
Fraise : https://fr.wikipedia.org/wiki/Fraise
Grenade : https://fr.wikipedia.org/wiki/Grenade_(fruit)

Haricot bleu : http://www.lefigaro.fr/jardin/fiche-plante/2017/11/14/30011-20171114FICFIG00039-decaisnea-ou-arbre-aux-haricots-bleus.php **et** https://www.jardins-du-monde.be/fr/arbustes-buissons/345-arbre-aux-haricots-bleus.html

Icaque : http://caribfruits.cirad.fr/fruits_tropicaux/icaque
Jujube : https://fr.wikipedia.org/wiki/Jujube_(fruit)
Kiwi : https://fr.wikipedia.org/wiki/Kiwi
Litchi : https://fr.wikipedia.org/wiki/Litchi
Mangue : https://fr.wikipedia.org/wiki/Mangue
Noix : https://fr.wikipedia.org/wiki/Noix
Orange : https://fr.wikipedia.org/wiki/Orange_(fruit)
Pomme : https://fr.wikipedia.org/wiki/Pomme
Quetsche : https://fr.wikipedia.org/wiki/Quetsche

Raisin : http://sante.lefigaro.fr/mieux-etre/nutrition-aliments/raisin/dou-vient-raisin

Sureau : https://fr.wikipedia.org/wiki/Sureau_du_Canada
Tamarillo : https://fr.wikipedia.org/wiki/Tamarillo
Ugni : https://fr.wikipedia.org/wiki/Ugni
Vanille : https://fr.wikipedia.org/wiki/Vanille
Wampi : https://fr.wikipedia.org/wiki/Wampi
Ximenia : https://fr.wikipedia.org/wiki/Ximenia_americana
Yuzu : https://fr.wikipedia.org/wiki/Yuzu

Zatte : http://blog.hertzreunion.com/zatte-specialite-culinaire-reunion/

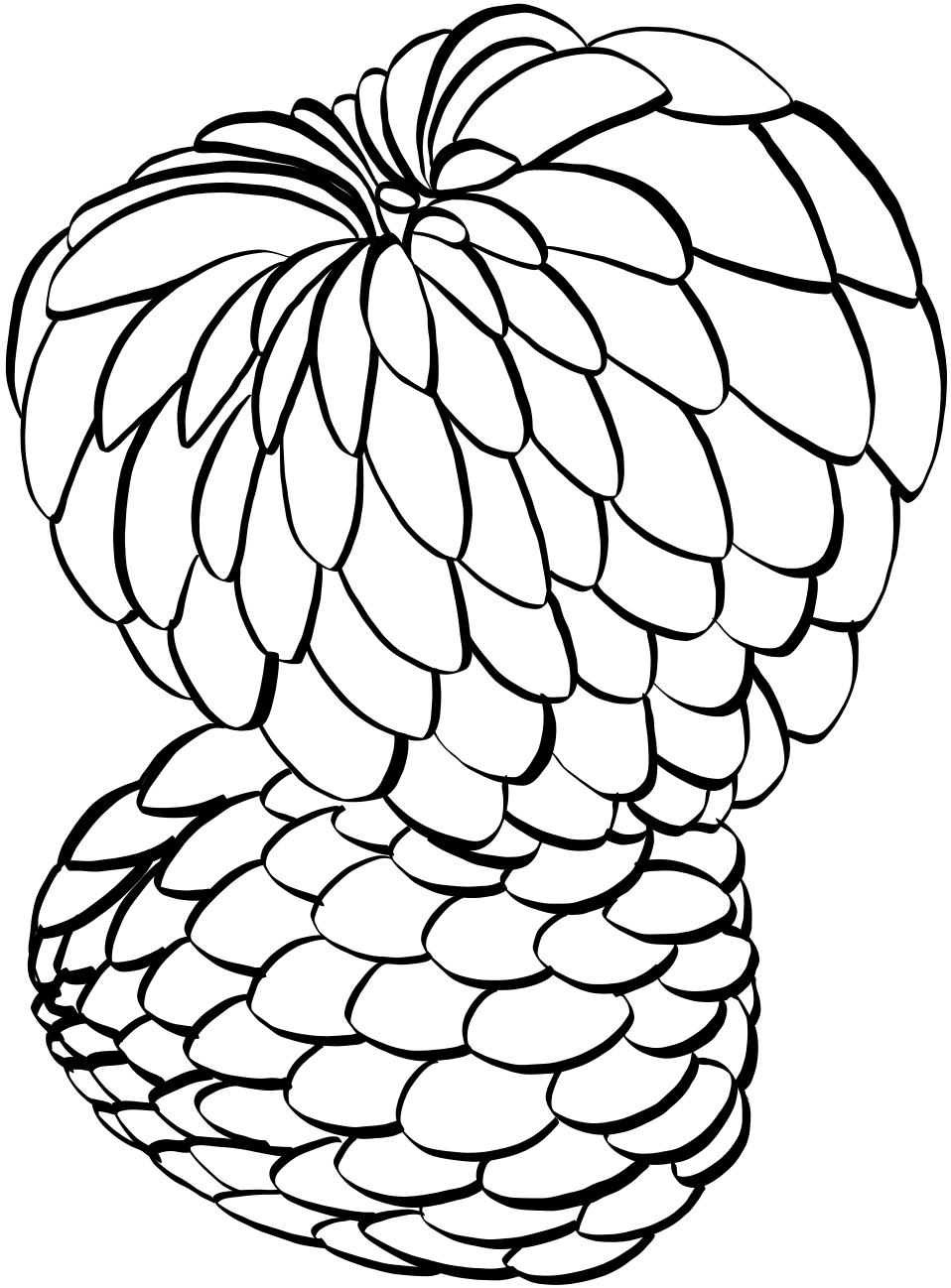
©marieloic.com

ABÉCÉDAIRE des fruits

une création de

Marie-Loïc Sénamaud

©marieloic.com



©marieloic.com

Z

Zatte

Le zatte, appelé également pomme cannelle ou encore attier, ressemble à une grosse pomme à écaille. Sa chair est goûteuse, pleine d'arômes et sucrée, presque mielleuse. Une fois les écailles écartées, la chair blanche et tendre cache de nombreux pépins reconnus pour être durs comme de la pierre. l'attier est un arbre originaire d'Amérique du sud et d'Afrique centrale (Mali), pays où il été exploité par la population depuis des millénaires. Au 16e siècle, il fut introduit dans les îles de l'océan indien, de l'océan Pacifique, des Antilles, notamment la Martinique, et enfin en Nouvelle Calédonie.

source : blog.hertzreunion.com

Pour souligner l'arrivée du printemps (enfin!)
Voici le premier d'une série d'abécédaires à colorier.
Ces petits fanzines sortiront au rythme d'un par trimestre.

Pour chaque fruit, j'ai ajouté une courte description.
Les textes ne sont pas de moi, j'indique la source au bas de chaque page. Pour accéder au texte en entier vous pouvez cliquer sur la mention «source» ou encore recopier les liens dont vous retrouverez la liste au verso du livret.

Pour le montage rien de plus simple.

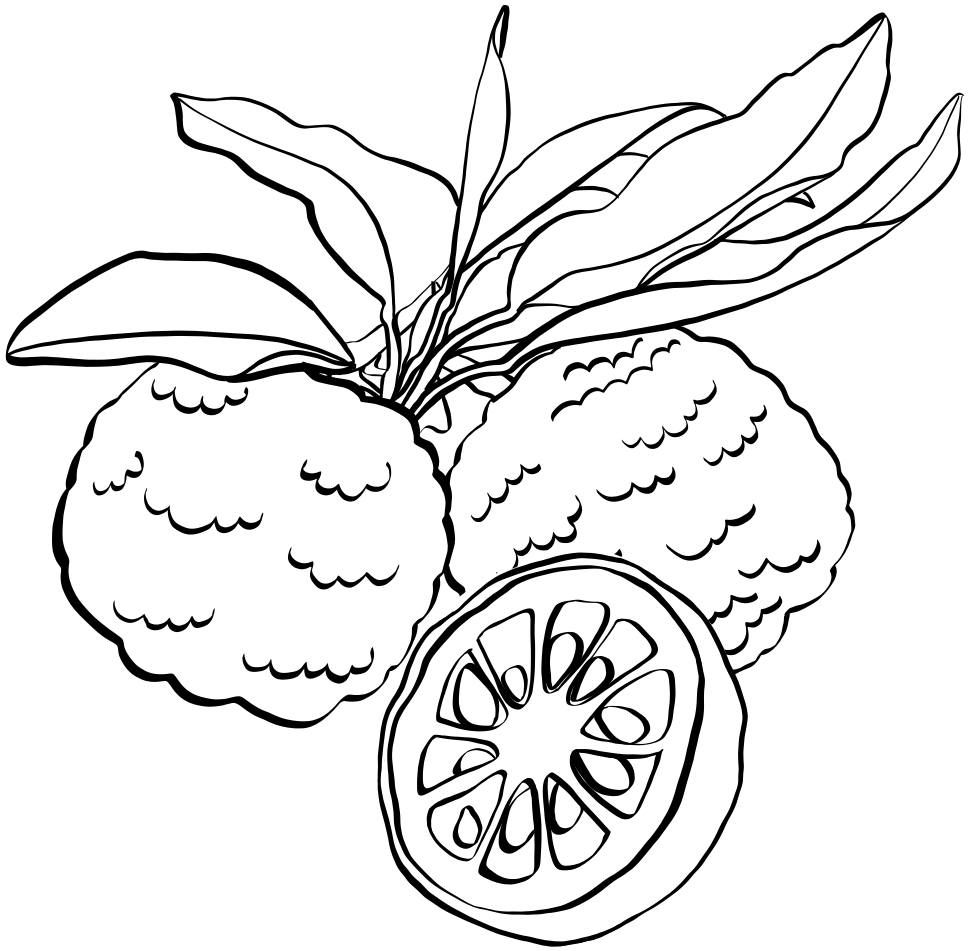
1. Imprimez chaque page dans l'ordre recto verso. Par exemple page 1 recto, page 2 versos et ainsi de suite.
2. Plier chaque feuille en deux
3. Assembler le livre et brocher à cheval, c'est-à-dire sur l'épine du livret.
4. À l'aide d'un couteau à lame rétractable (x-acto), coupez l'excédent de papier.

Et voilà votre livre est prêt à être colorié!
Amusez-vous bien!

Marie-Loïc Sénamaud

A

Ananas



Originaire d'Amérique du Sud plus spécifiquement du Paraguay, du nord-est de l'Argentine et sud du Brésil. Il est connu principalement pour son fruit comestible, qui est en réalité un fruit composé. Le mot ananas vient du tupi-guarani naná naná, qui signifie « parfum des parfums ».

source : wikipedia.org

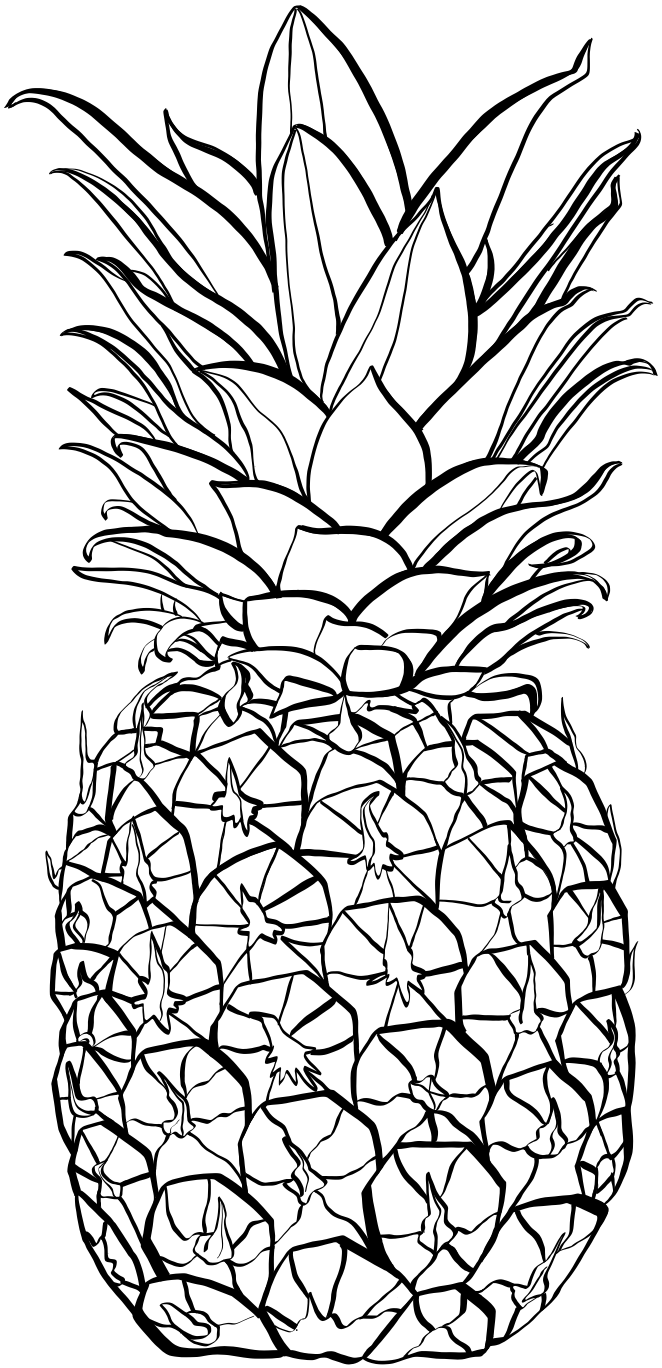
©marieloic.com

Y

Yuzu

Le yuzu est un fruit japonais. Il serait un hybride de mandarine sauvage et de Citrus ichangensis. Le fruit est récolté soit comme agrume de jours longs : en vert pour son zeste et sa saveur, soit à maturité jaune, comme agrume de jours courts, pour son zeste et son jus. Le fruit du yuzu a un épicarpe irrégulier, son diamètre varie entre 5 et 8 cm, le poids du fruit mûr est environ 110 g. Le fruit est modérément juteux, peu dense à maturité, il a peu de pulpe et beaucoup de gros pépins. Le goût du jus est fruité et le parfum de son huile essentielle typé.

source : wikipedia.org



©marieloic.com

B

Banane

Originaire d'Asie du Sud-Est, la banane serait consommée par l'homme depuis environ 7 000 ans. Au fil des migrations humaines, elle s'est installée aux quatre coins du monde. Le bananier n'est pas un arbre. Il appartient à la famille des musacées (Musaceae), qui regroupe de grandes plantes herbacées poussant sous les tropiques. Pouvant s'élever jusqu'à 9 mètres, le bananier est d'ailleurs la plus grande herbe au monde.

source : banane.info

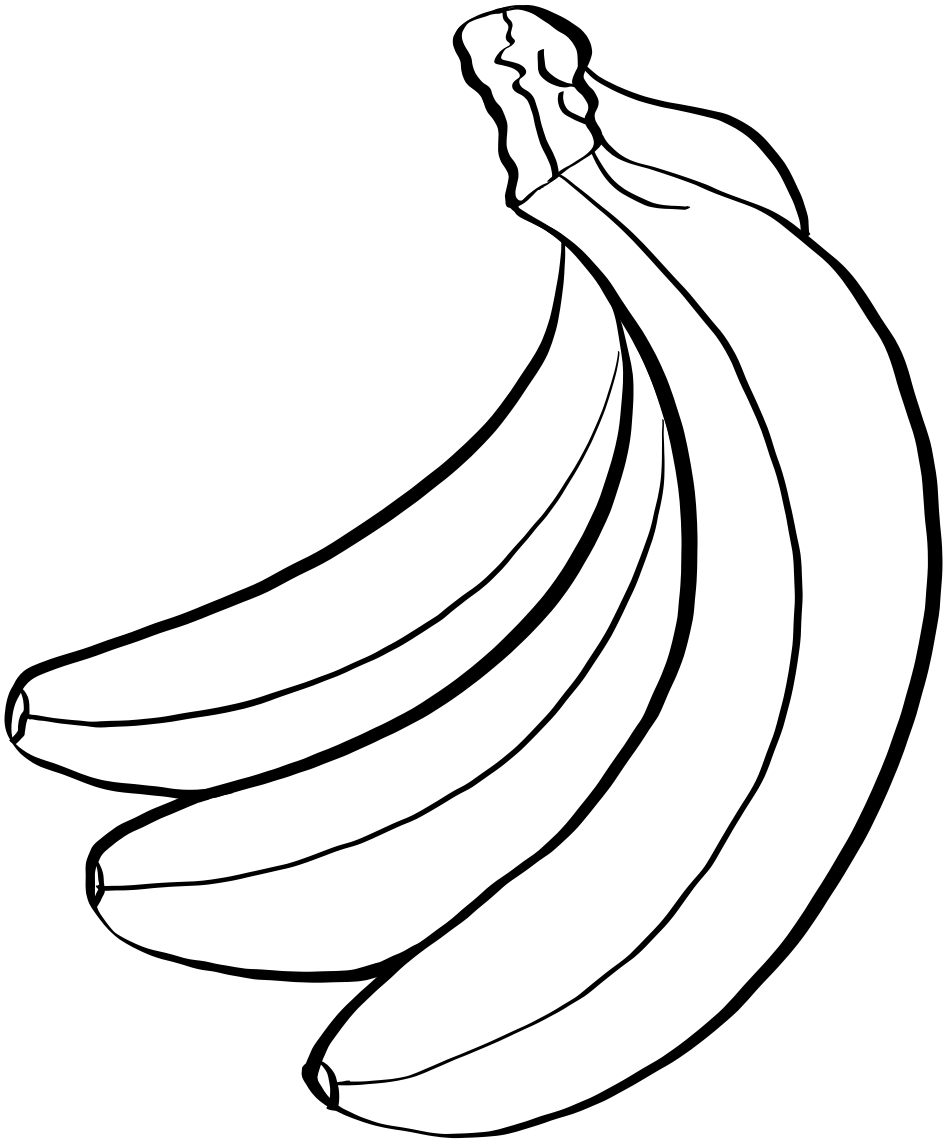
©marieloic.com

X

Ximenia

Ximenia americana est un arbre très répandu en Afrique de l'Ouest. On l'appelle aussi « citron de mer » en français ou tchabboullé au nord du Cameroun. La pulpe du fruit, très acide, est également riche en vitamine C. mise à fermenter, elle donne une boisson alcoolisée. L'huile extraite de l'amande est comestible et s'utilise en cuisine.

source : wikipedia.org



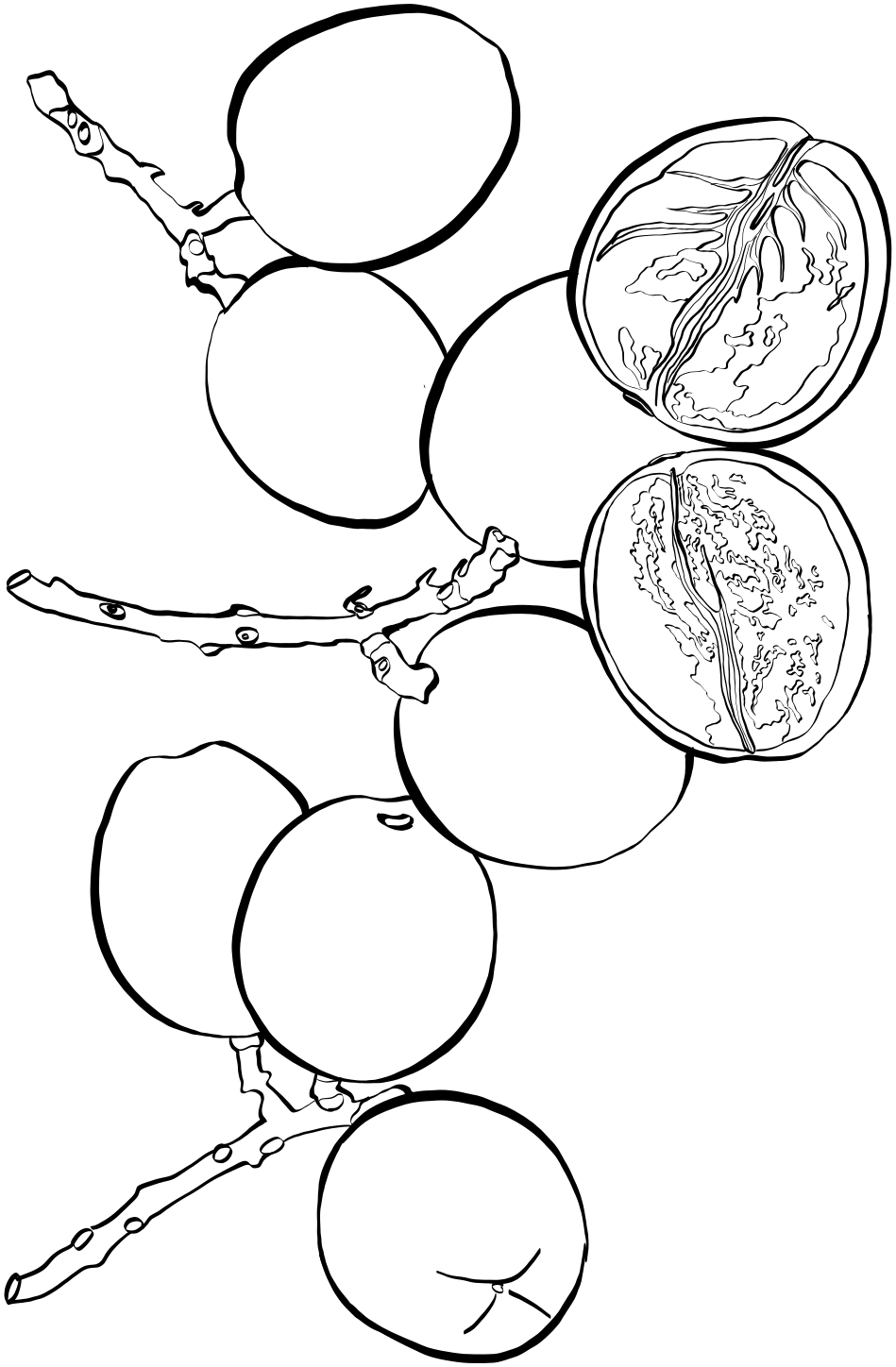
©marieloic.com

C

Cerise

Le cerisier sauvage ou merisier, Prunus avium est présent en Europe dès l'époque néolithique. Les cultivars de cerises douces sont très proches des formes du Prunus avium sauvage que l'on trouve dans toute l'Europe tempérée, dans le Caucase et le nord de la Turquie.

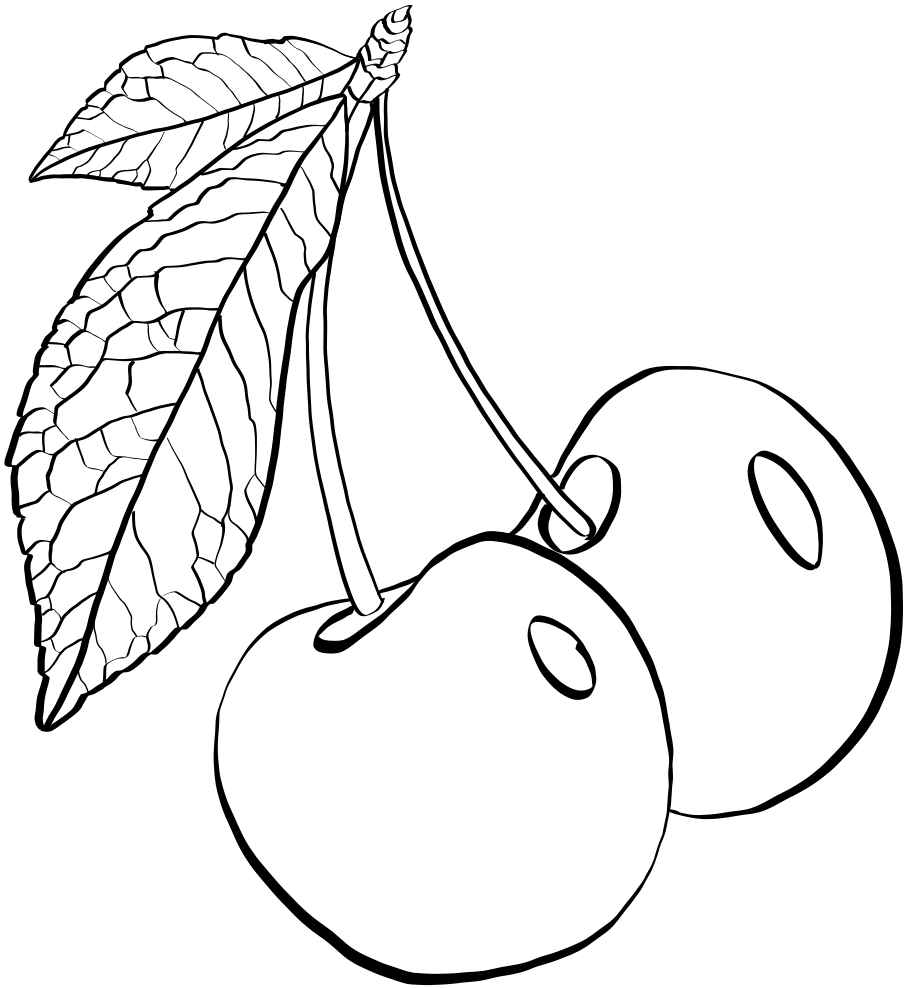
source : wikipedia.org



©marieloic.com

W

Wampi



Arbre de la famille des Rutacées qui produit les agrumes, provenant de Chine et du Vietnam, et dont le fruit est gros comme un raisin.

source : wikipedia.org

©marieloic.com

D

Durian

Le durian est récolté dans le sud-est de l'Asie, mais également dans les îles du Pacifique et en Amérique du Sud. Il se présente comme une grosse baie ovoïde, pesant jusqu'à 5 kg et poussant en haut de grands arbres. Il est connu pour son goût particulier et sa forte odeur (à tel point que de nombreux pays d'Asie du Sud-Est l'interdisent dans les lieux publics et dans les transports en commun).

source : wikipedia.org

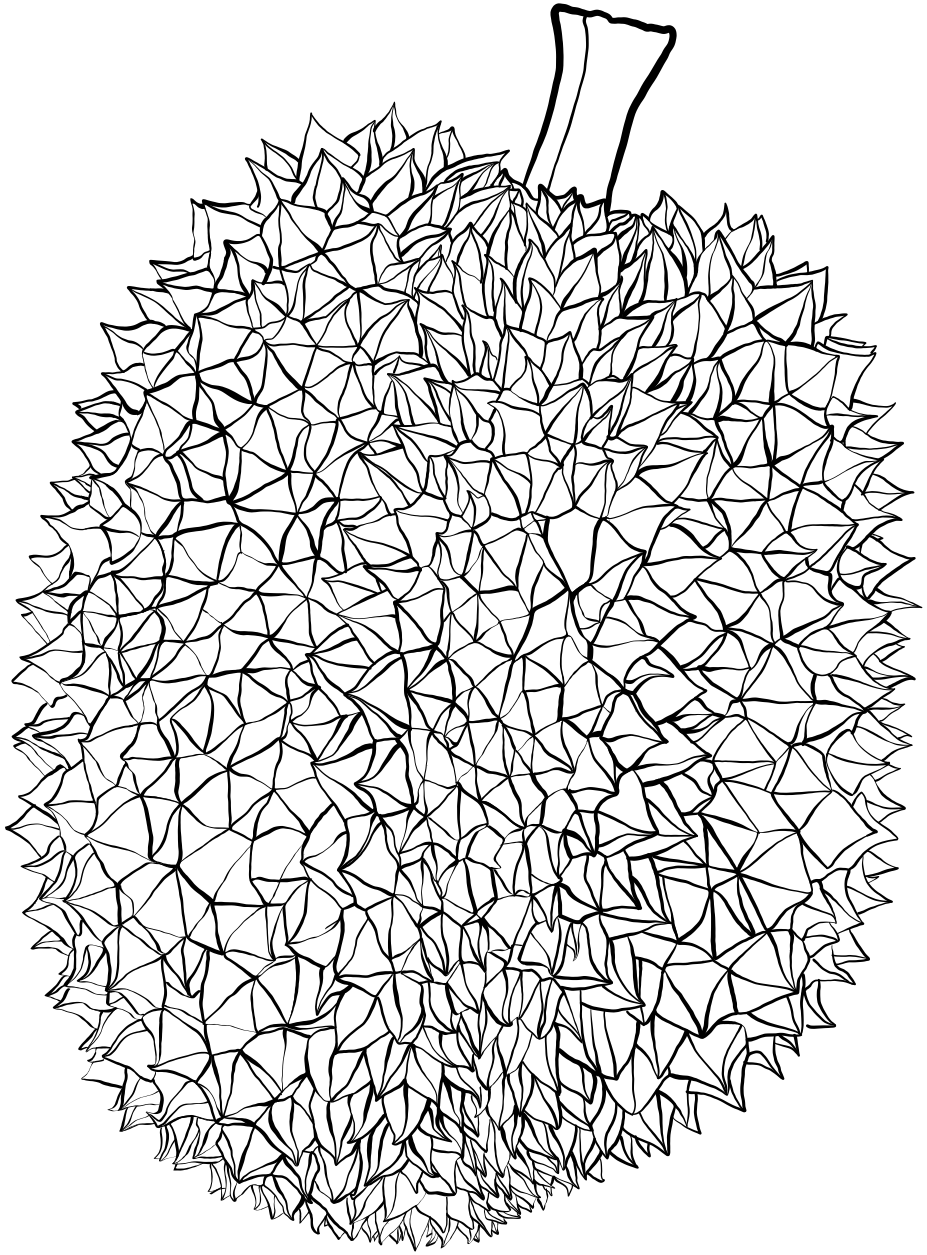
©marieloic.com

V

Vanille

La vanille est une épice constituée par le fruit de certaines orchidées lianescentes tropicales. Les Aztèques, et auparavant les Mayas agrémentaient de vanille une boisson épaisse à base de cacao. Les Aztèques appelaient cette boisson, destinée aux nobles et aux guerriers, xocoat. Ils ne cultivaient cependant eux-mêmes ni le cacao ni la vanille, en raison d'un climat inadapté. Ce sont les Totonaques, occupants des régions côtières du golfe du Mexique autour des actuelles villes de Veracruz et de Papantla, qui produisaient la vanille et en approvisionnaient l'empire aztèque.

source : wikipedia.org



©marieloic.com

E

Épine noire

L'Épine noire ou Prunellier est un arbuste de la famille des Rosaceae. Ses prunelles sont comestibles et peuvent être utilisées pour obtenir une liqueur réputée comme le patxaran ou la veine d'épine noire. La confiture de prunelles était très souvent confectionnée dans les régions au climat rude, elle est encore utilisée en cuisine dans l'élaboration des recettes à base de vin rouge. Afin de diminuer l'astringence du fruit, il faut le cueillir après les premières gelées.

source : wikipedia.org

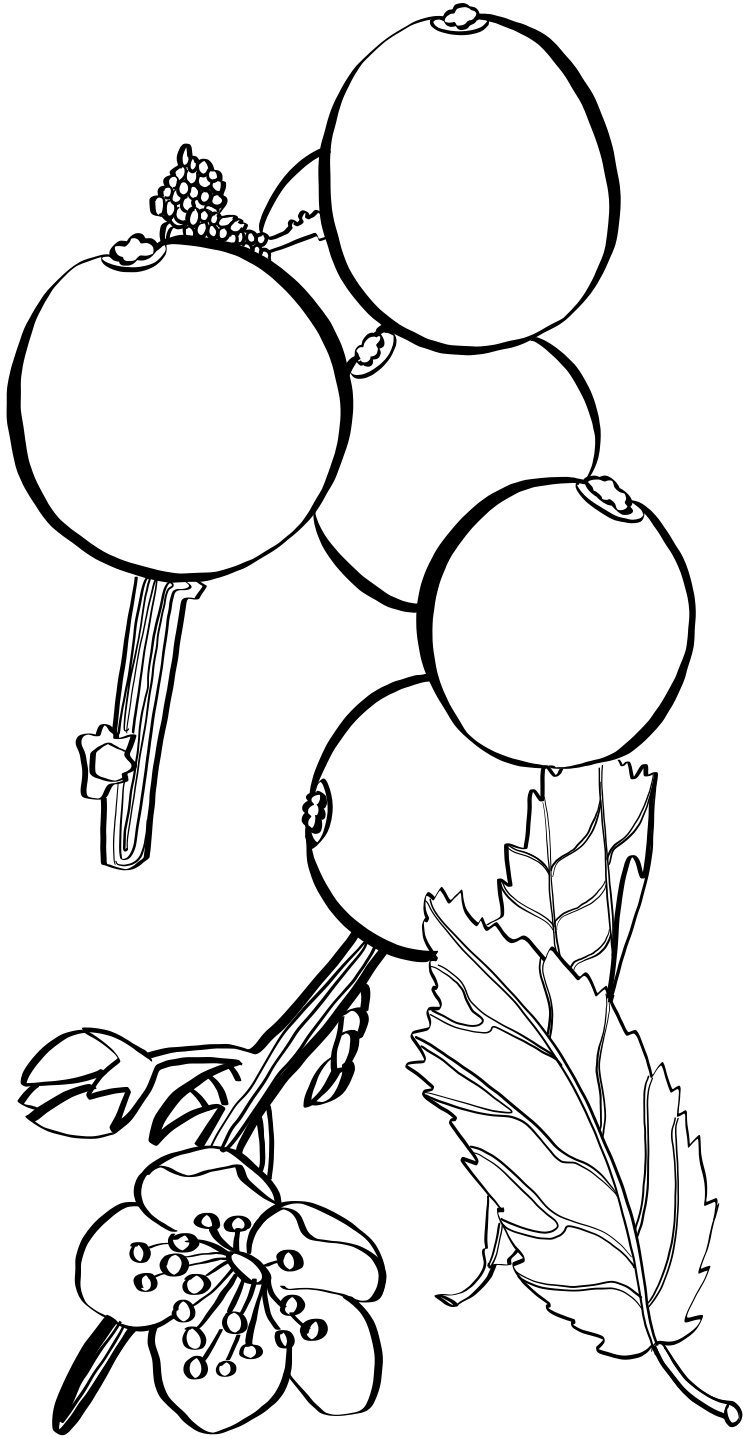
©marieloic.com

U

Ugni

Ugni est un genre botanique d'environ 10 espèces de la famille des Myrtaceae, originaire de l'ouest de l'Amérique du Sud et d'Amérique centrale (Chili, Mexique). Le goyavier du Chili (Ugni molinae, syn. Myrtus ugni ou Eugenia ugni) est cultivé comme plante ornementale pour ses petites baies comestibles à la saveur de fraise. Certains « arômes de fraise » commerciaux sont fabriqués à partir de cette espèce.

source : wikipedia.org



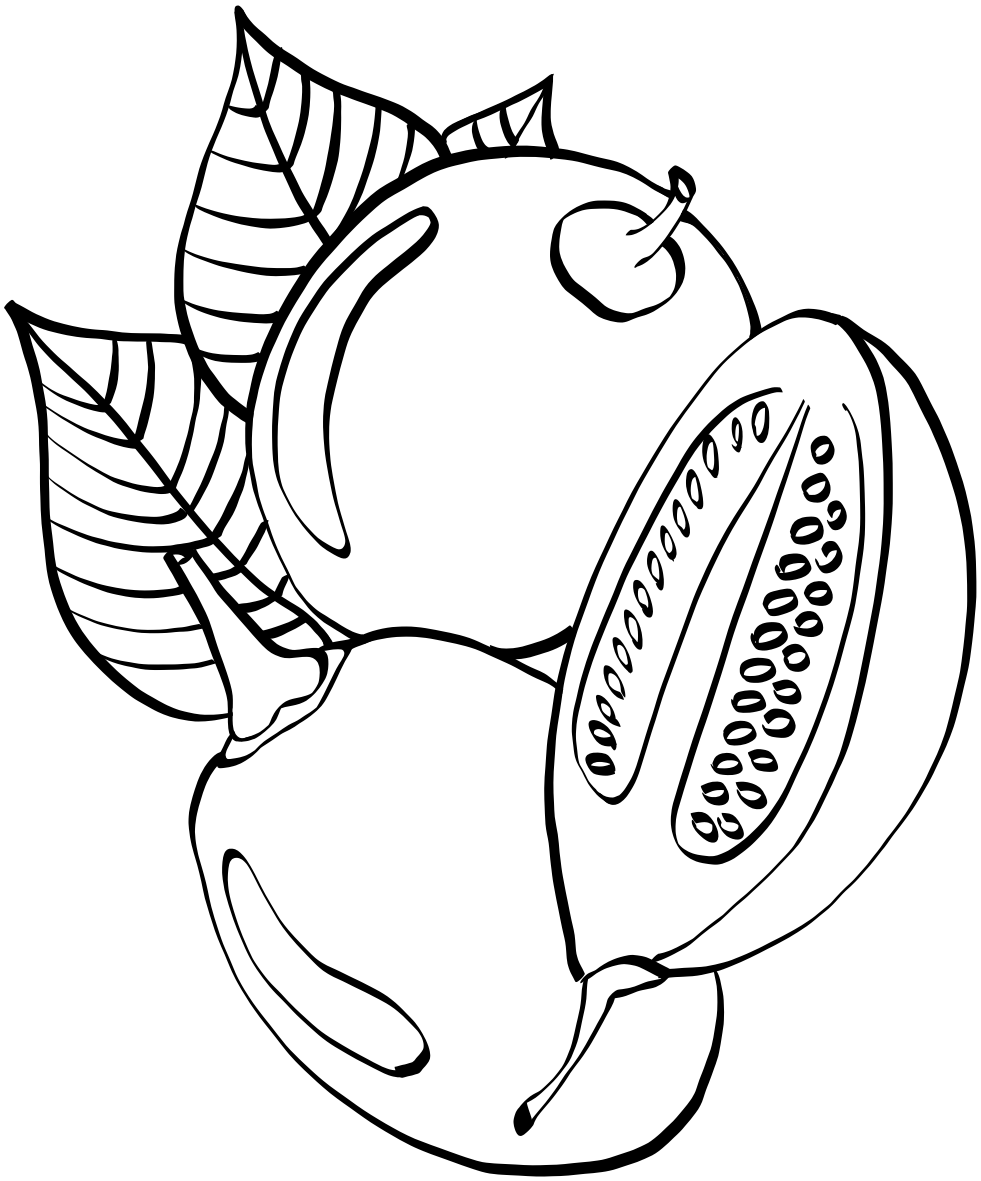
©marieloic.com

F

Fraise

En Europe et en Amérique du Nord, les fruits de l'espèce Fragaria vesca, le fraisier des bois, sont de petite taille. Connus depuis l'Antiquité, les Romains les consommaient et les utilisaient dans leurs produits cosmétiques en raison de leur odeur agréable. Elle est cultivée dans les jardins européens vers le XIVe siècle.

source : wikipedia.org



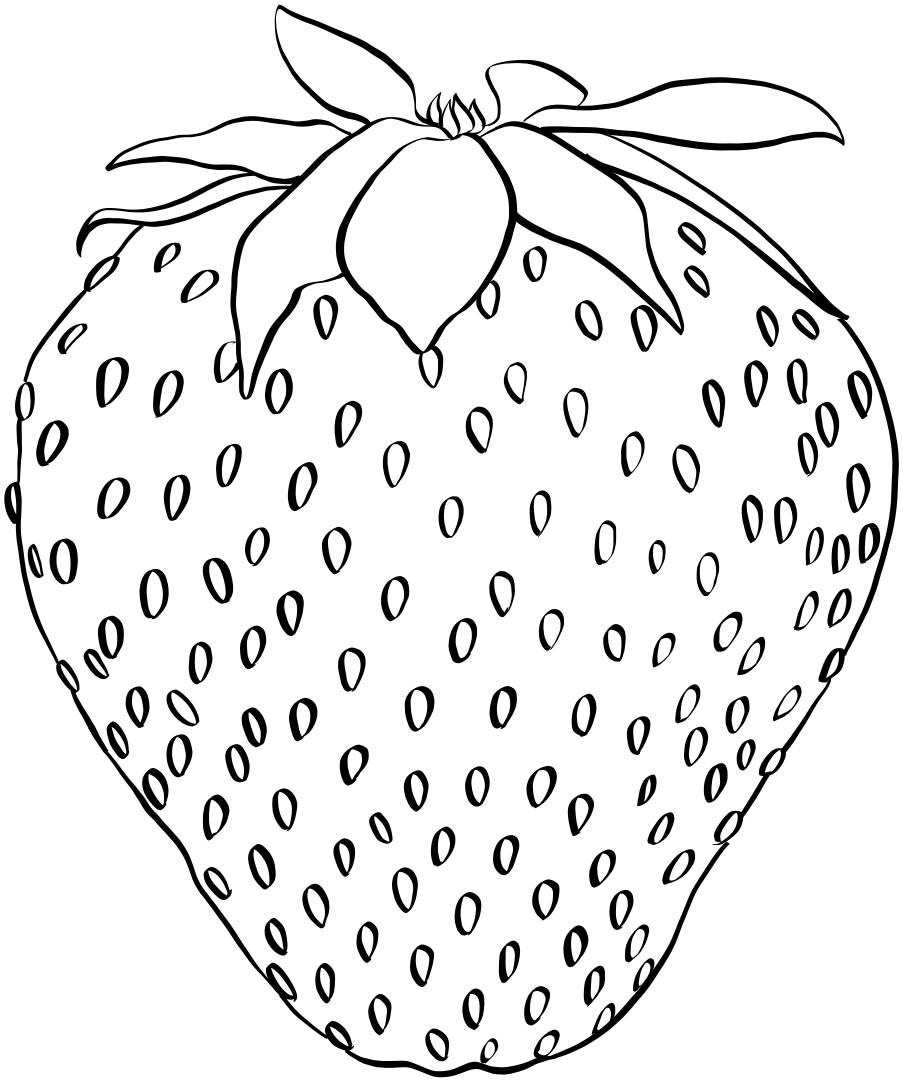
©marieloic.com

T

Tamarillo

Le Tamarillo est originaire de la cordillère des Andes, en Amérique du Sud. On le connaît pour son fruit rouge ou rose-orangé de la forme et légèrement plus gros qu'un œuf de poule, pour lequel on le cultive. La chair du fruit mûr est aromatique et acidulée. Elle est consommée dans les pays andins, ainsi que dans certains pays d'Afrique subsaharienne. On la mange crue, à la cuillère, ouverte en deux avec du jus de lime et du sucre. On peut également en faire de la confiture ou de la gelée, sucrée ou salée.

source : wikipedia.org



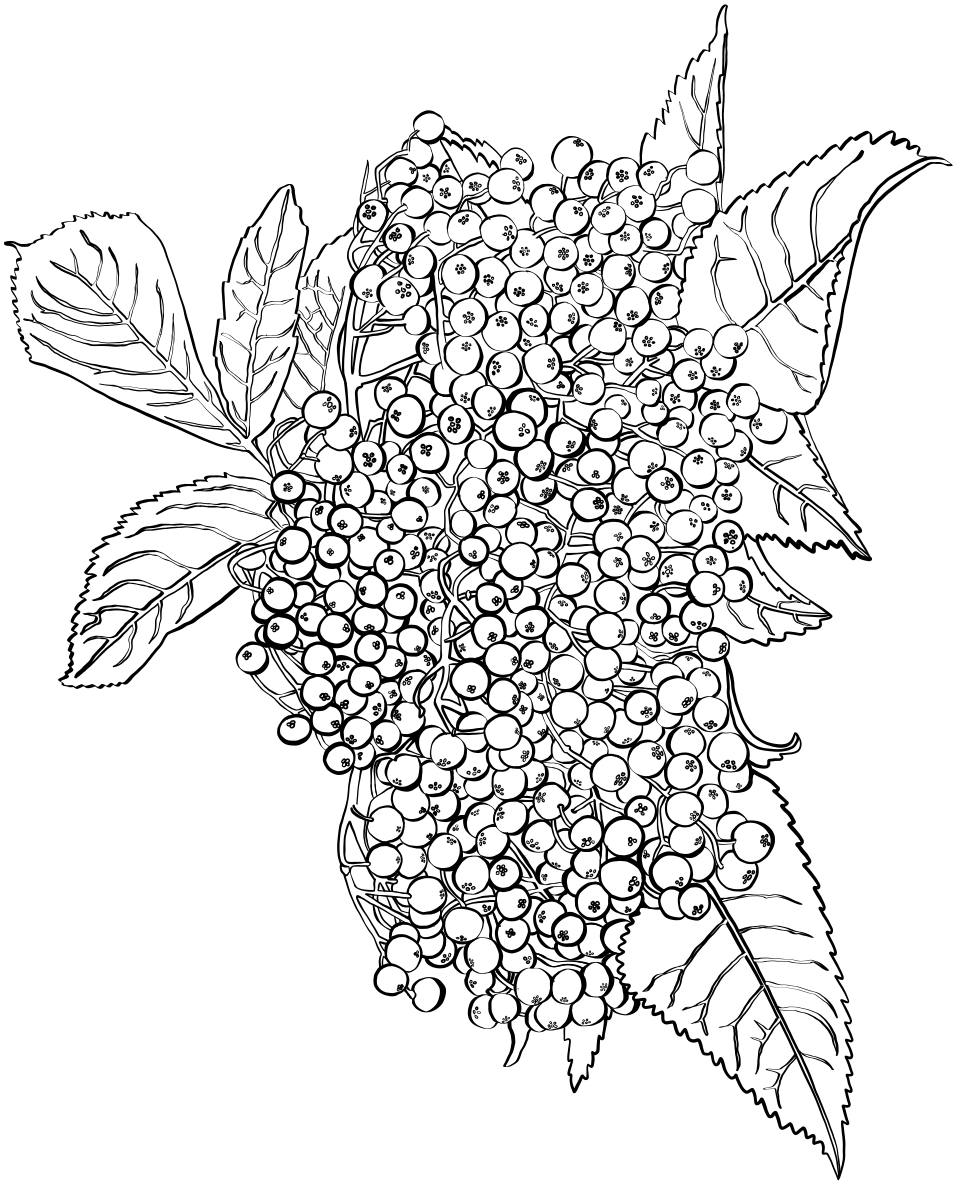
©marieloic.com

G

Grenade

Le fruit, en forme de pomme, passant avec le temps du vert au rouge orange, doit être considéré comme un cas limite de baie puisque la pulpe n'est pas charnue, mais elle n'est pas filandreuse non plus. Son diamètre peut atteindre 15 cm les pays d'origine de l'arbre s'étendent de la Turquie via le Caucase (Arménie, Azerbaïdjan, Géorgie) et du Tadjikistan, Turkménistan et Ouzbékistan à l'est jusqu'en Iran, Afghanistan et Pakistan.

source : wikipedia.org



©marieloic.com

S

Sureau

Le sureau du Canada ou sureau blanc est un petit arbuste à feuilles caduques, très rustiques originaire d'Amérique du Nord. Le fruit noir ressemble à la myrtille, est principalement utilisé pour faire du vin de sureau, de la confiture, de la teinture, du sirop ou encore des produits médicinaux. Il n'est pas conseillé de manger les baies du sureau crues, car elles sont légèrement nocives et peuvent provoquer vomissements et/ou diarrhés.

source : wikipedia.org

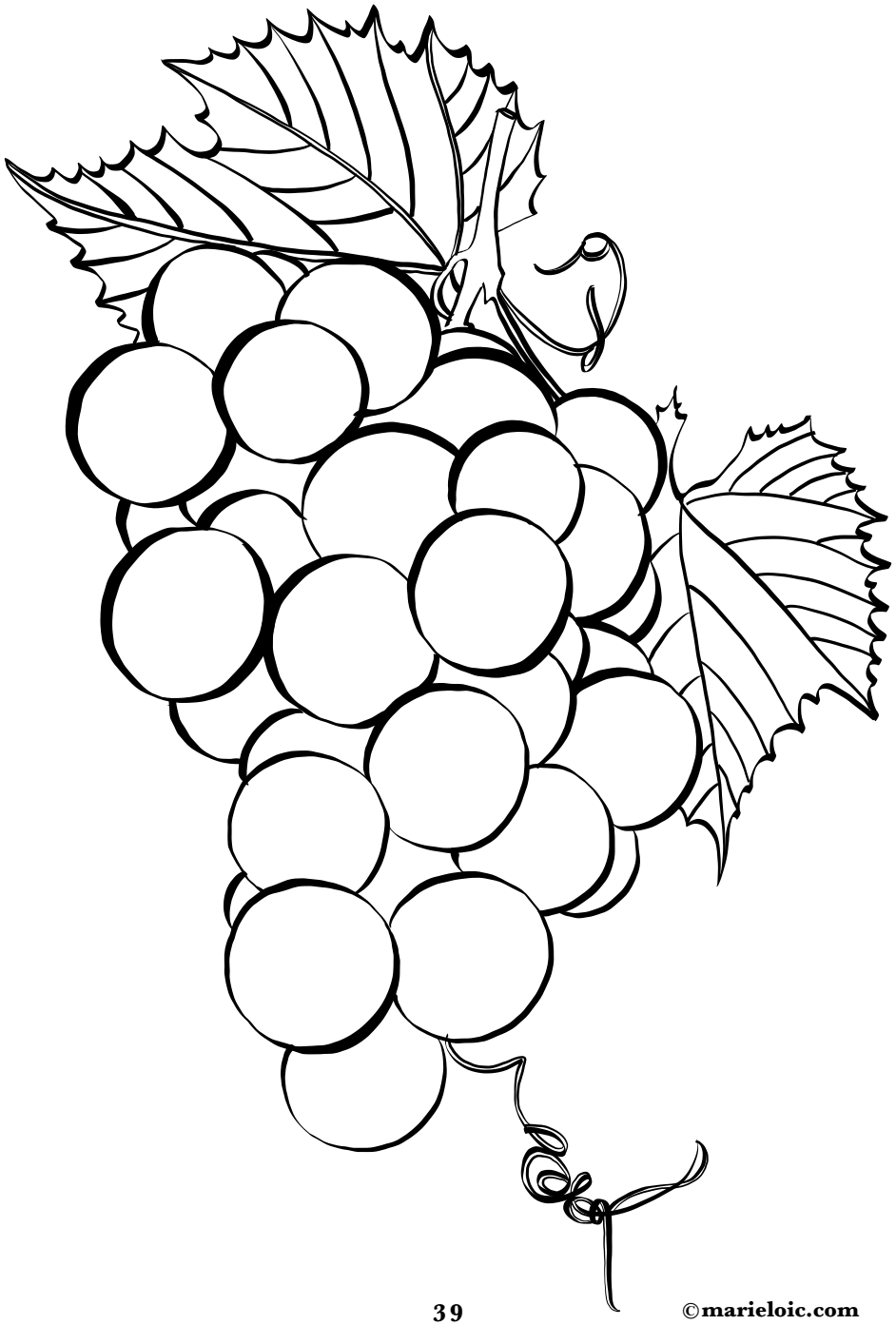
©marieloic.com

H

Haricot bleu

Decaisnea ou arbre aux haricots bleus. L'arbre aux haricots bleus est originaire des contreforts himalayens (Bhutan, Inde, Népal et Chine). Ses haricots sont de couleur gris-bleu métallique de 10 cm de long. Ceux-ci ont une chair translucide comestible à partir d'octobre à la saveur proche de la pastèque et au parfum de banane.

source : lefigaro.fr et jardins-du-monde.be



©marieloic.com

R

Raisin

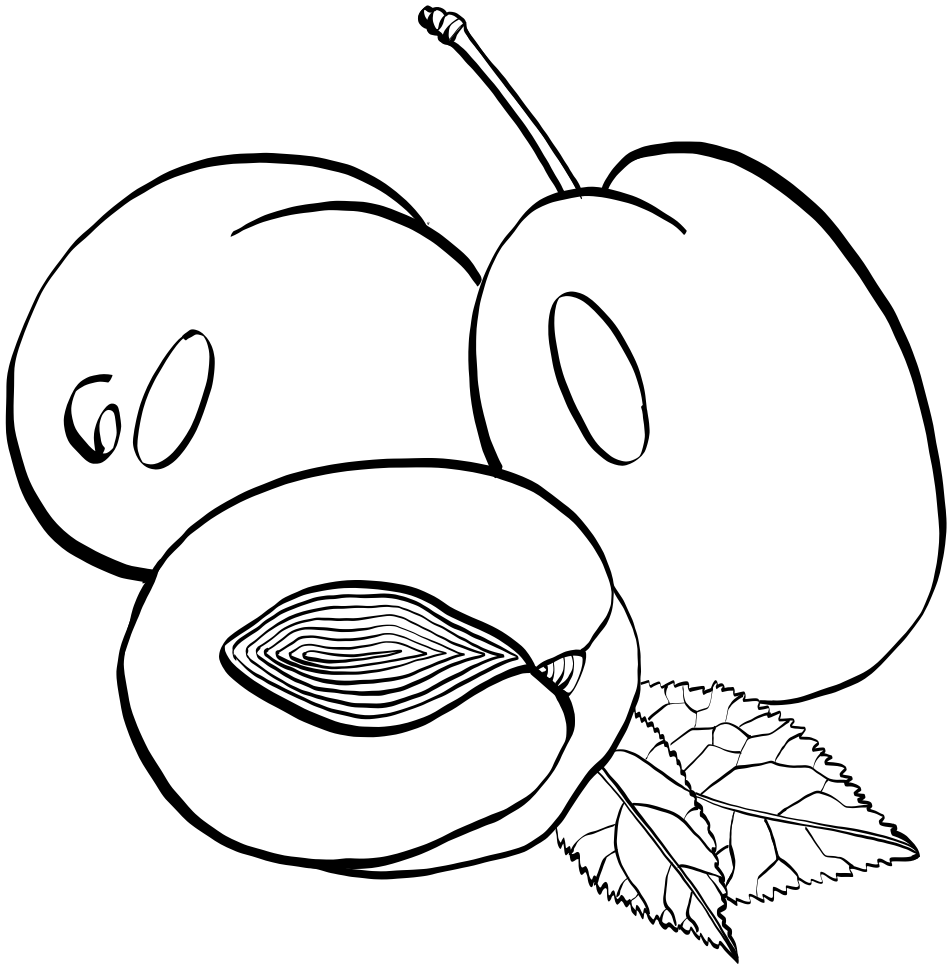
Le raisin sauvage existait des millions d'années avant l'apparition de l'homme sur Terre. Nos ancêtres chasseurs-cueilleurs en consommaient déjà et en conservait le jus dans des jarres de terre. C'est probablement de manière accidentelle qu'ils découvrirent le vin : le jus contenu dans une jarre oubliée aurait fermenté... Environ 4 000 ans avant notre ère, on avait compris le principe de vinification et l'on commença à domestiquer la vigne.

source : lefigaro.fr

©marieloic.com

I

Icaque



Natif des régions côtières de l'Amérique tropicale, cet arbuste rustique a conquis les Petites Antilles où il est devenu très commun. Ses fruits ont la forme d'une petite prune à la peau blanche, rosée ou pourprée selon les variétés. La pulpe blanche est farineuse et de saveur douce à fade, voire astringente. L'icaque se consomme crue ou confit dans du sucre.

source : caribfruits.cirad.fr

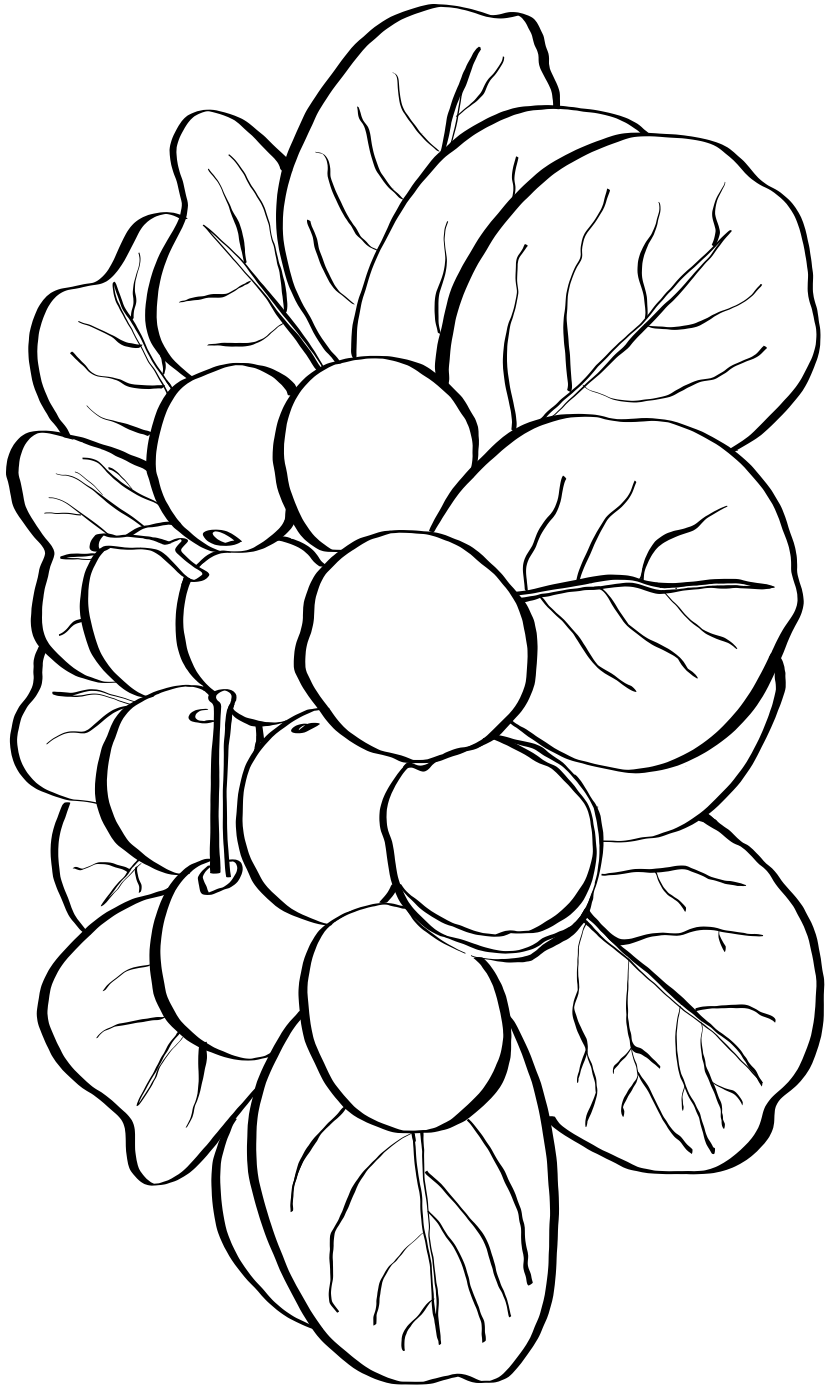
©marieloic.com

Q

Quetsche

Petite prune particulièrement répandue en Alsace, Lorraine, Allemagne, Autriche, en Belgique, au Luxembourg et en Suisse. Elle est également cultivée au Canada, dans la province de l'Ontario sous le nom de prune bleue. Sous sa robe violette, elle cache une chair sucrée, acidulée, d'un jaune d'or légèrement foncé. Sa forme est oblongue et charnue. En Suisse romande comme en Haute-Saône, on l'appelle pruneau (différent du pruneau français).

source : wikipedia.org



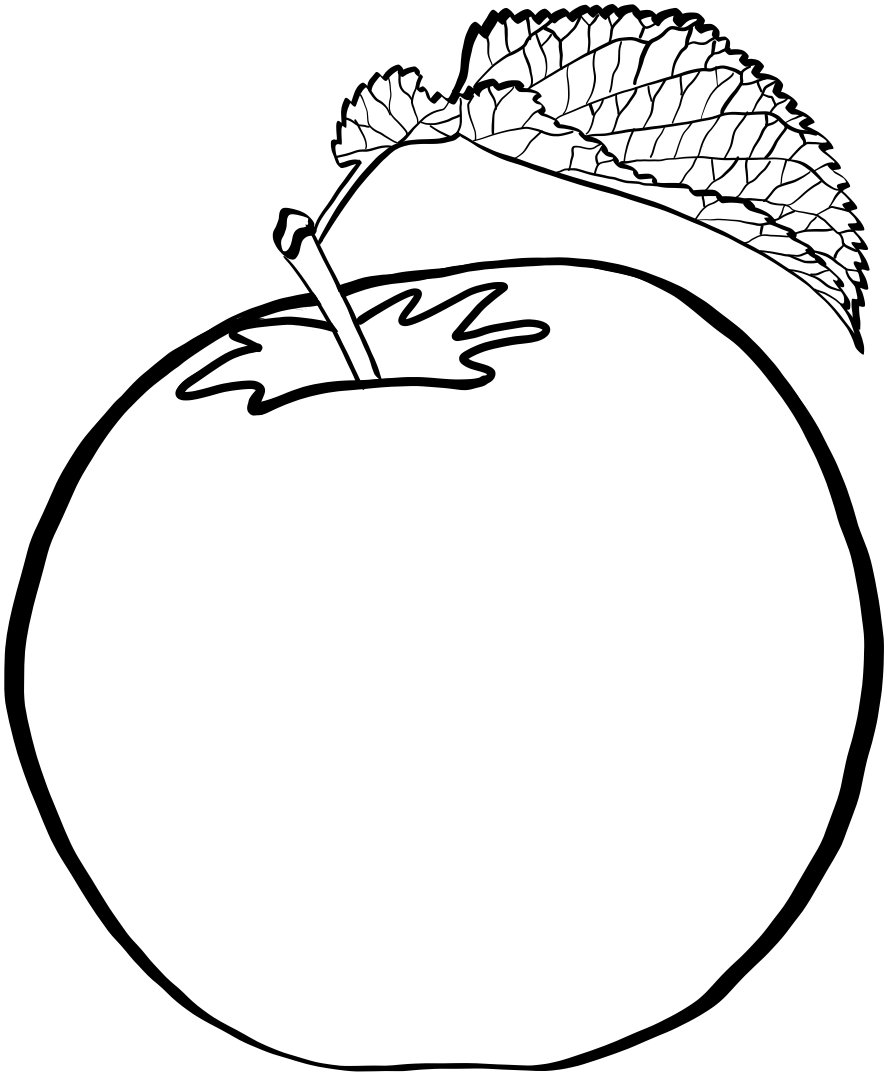
©marieloic.com

J

Jujube

Le fruit est une drupe allongée, d'environ 15 à 30 mm de long, et qui renferme un noyau dur allongé. Jeune, il est vert et a le goût et la consistance de la pomme. À maturation, la couleur s'assombrit et devient violet-noir, puis le fruit se flétrit pour atteindre la consistance et le goût d'une datte, d'où son surnom de datte chinoise. Sa chair un peu gélatineuse est farineuse, fade, légèrement sucrée.

source : wikipedia.org



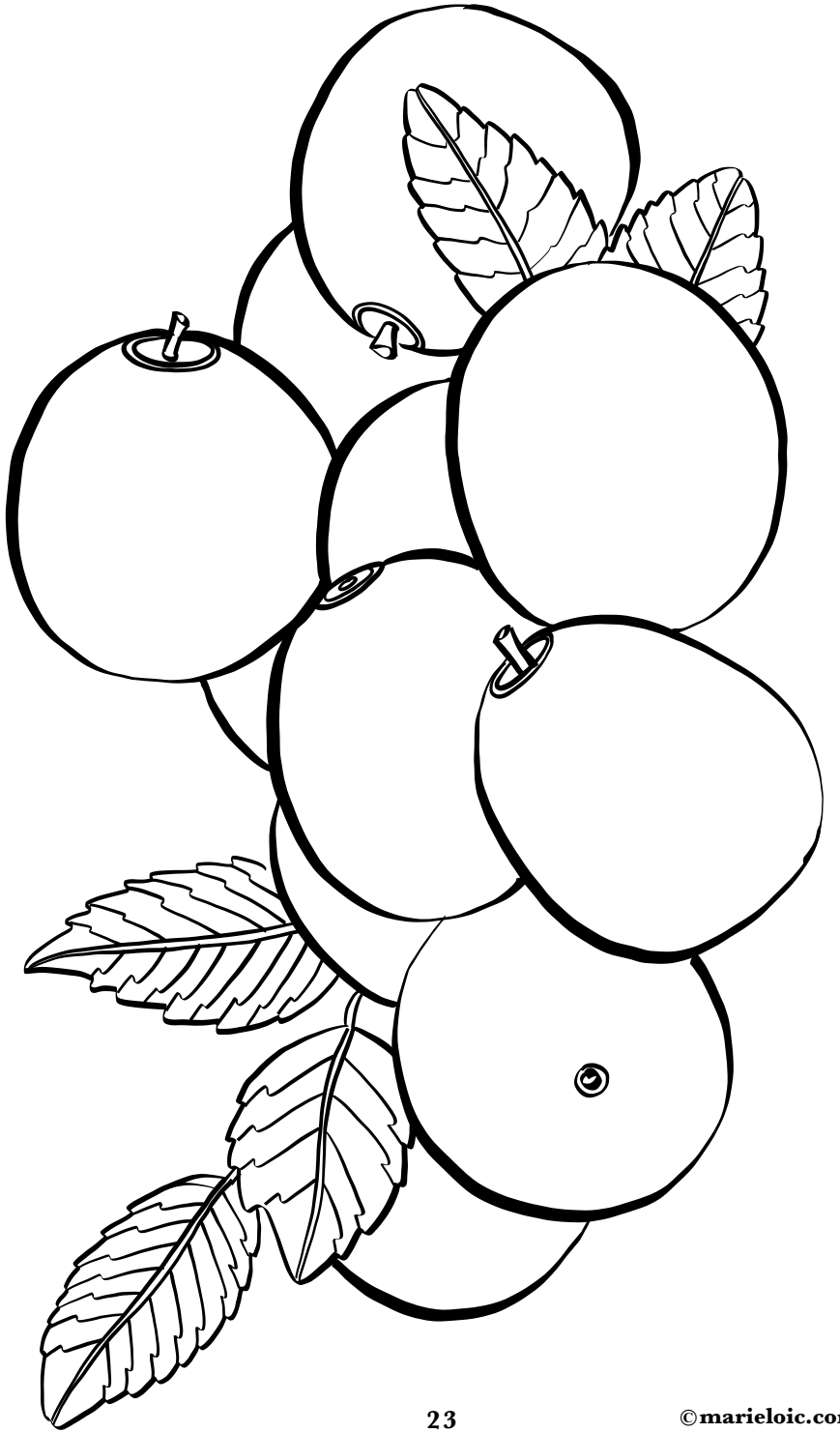
©marieloic.com

P

Pomme

La pomme que nous consommons aujourd'hui est une descendante de l'espèce Malus sieversii consommée par l'homme depuis le Néolithique sur les plateaux d'Asie centrale, dans la région des montagnes du Tian Shan (la région d'Almaty au Kazakhstan en revendique l'origine). Il y a 3 000 ans, elle était déjà consommée par les Chinois. Elle arriva par la route de la soie chez les Arabes, les Grecs et les Romains.

source : wikipedia.org



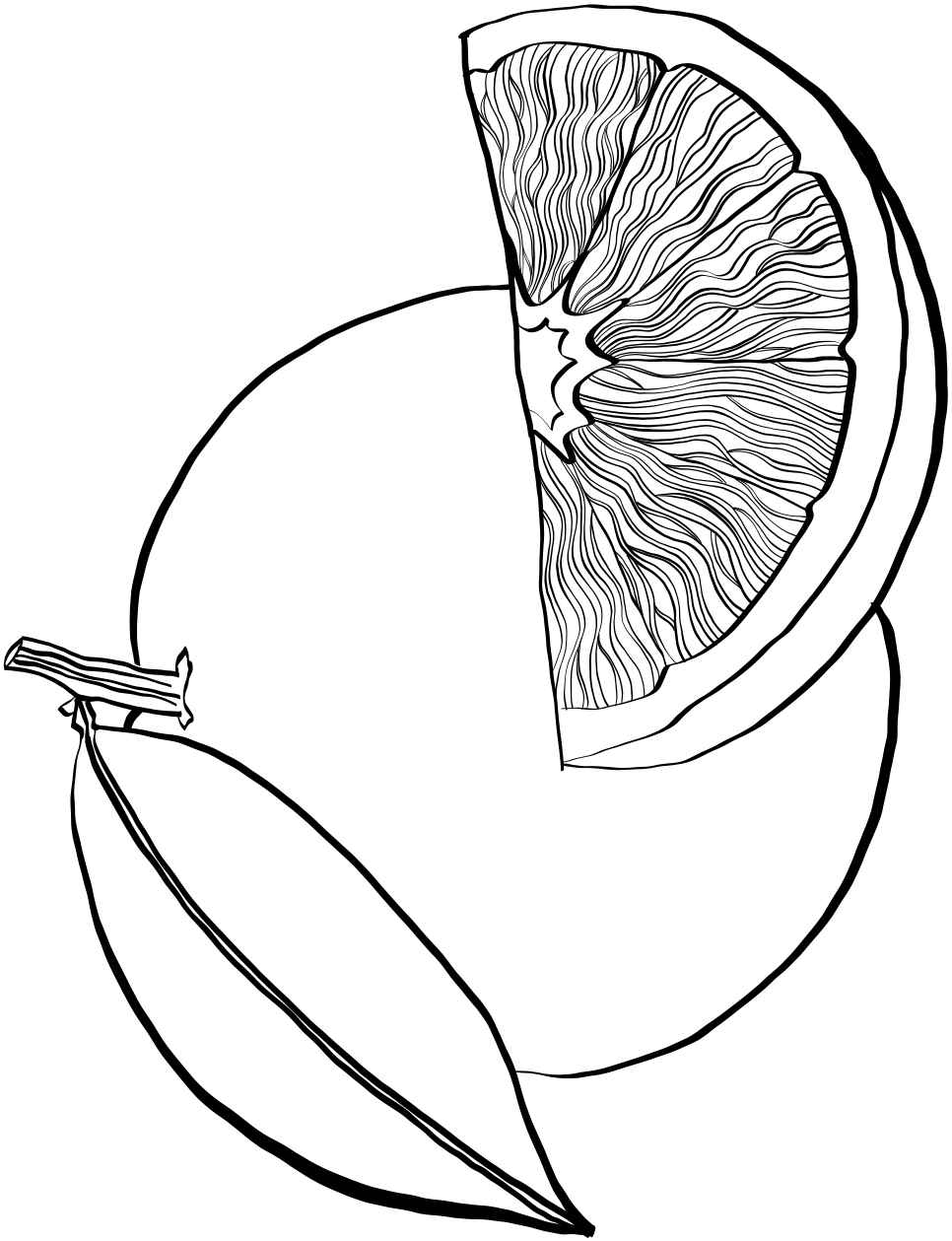
©marieloic.com

K

Kiwi

Les kiwis sont des fruits de plusieurs espèces de lianes du genre Actinidia, famille des Actinidiaceae. Ils sont originaires de Chine. Leur culture daterait d'au moins 1200 ans. Sa pulpe généralement verte, sucrée et acidulée, entourée d'une peau brune et duveteuse (poilue), contient une centaine de minuscules graines noires comestibles.

source : wikipedia.org



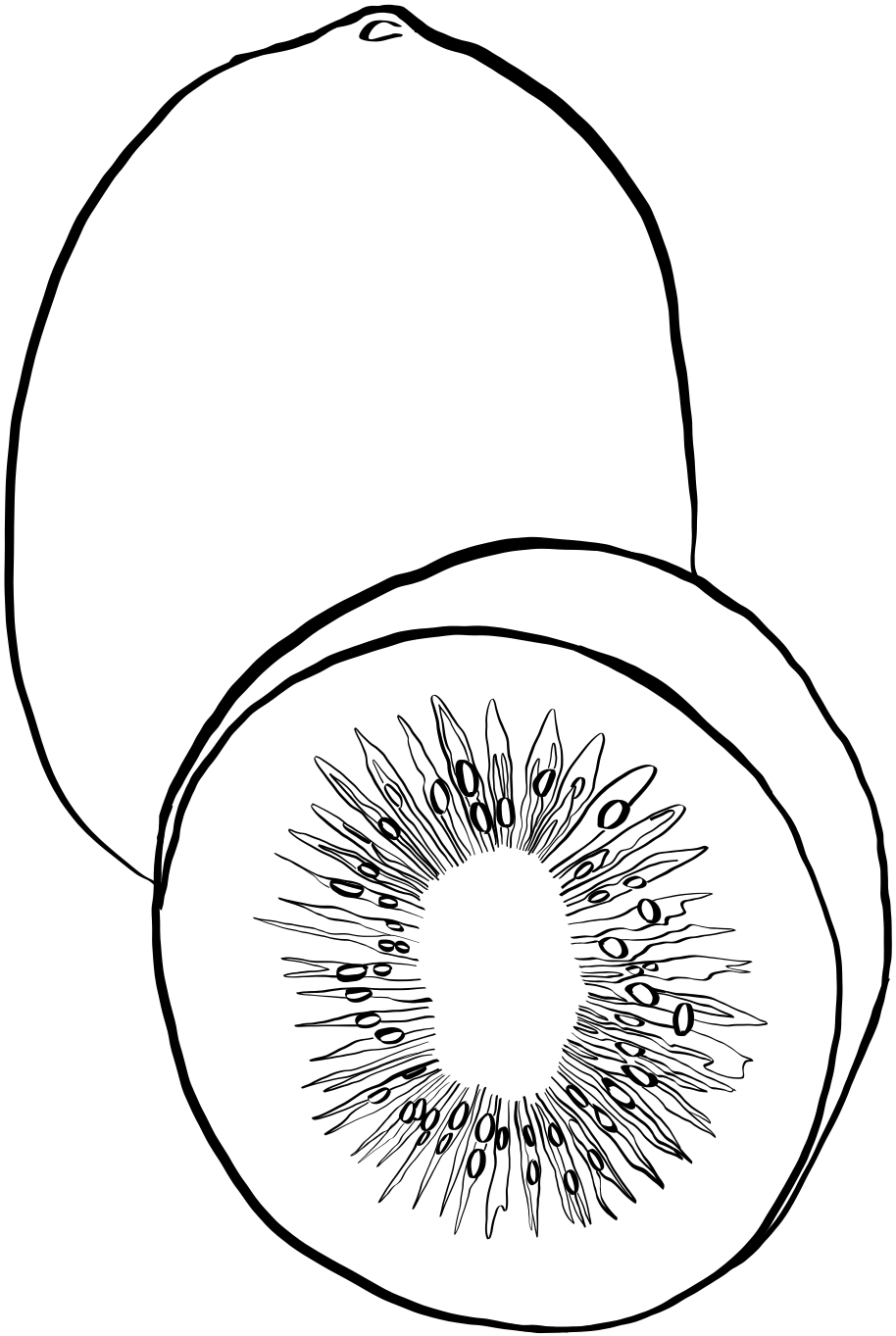
©marieloic.com

O

Orange

L'oranger (Citrus sinensis) est originaire de Chine. On peut distinguer deux grandes routes de pénétration de ce fruit en Europe. La route méditerranéenne fut empruntée, à l'époque des croisades (XIe siècle-XIIIe siècle), par l'orange amère ou bigarade : transmis par les Perses aux Arabes, ce fruit fut implanté en Andalousie, Sicile et Pays valencien, d'où il se diffusa vers le reste de l'Europe.

source : wikipedia.org



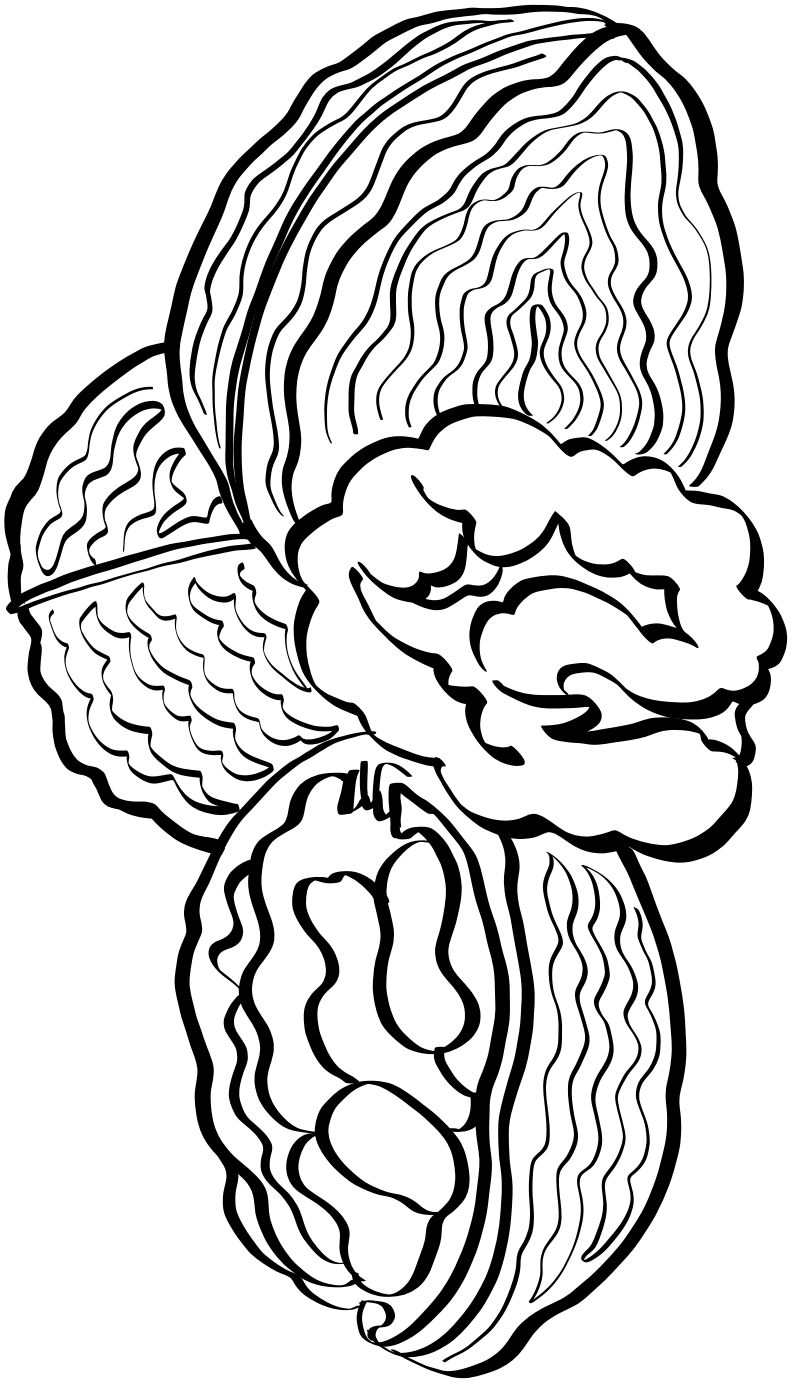
©marieloic.com

L

Litchi

Le Litchi de Chine est un arbre fruitier qui produit le fruit comestible du même nom. Cet arbre tropical est la seule espèce du genre Litchi. Le nom provient du cantonais 荔枝 *li zi*. L'arbre est originaire de Chine où sa culture est attestée depuis plus de 2 100 ans. La partie consommée est l'arille juteux qui entoure une graine unique.

source : wikipedia.org



©marieloic.com

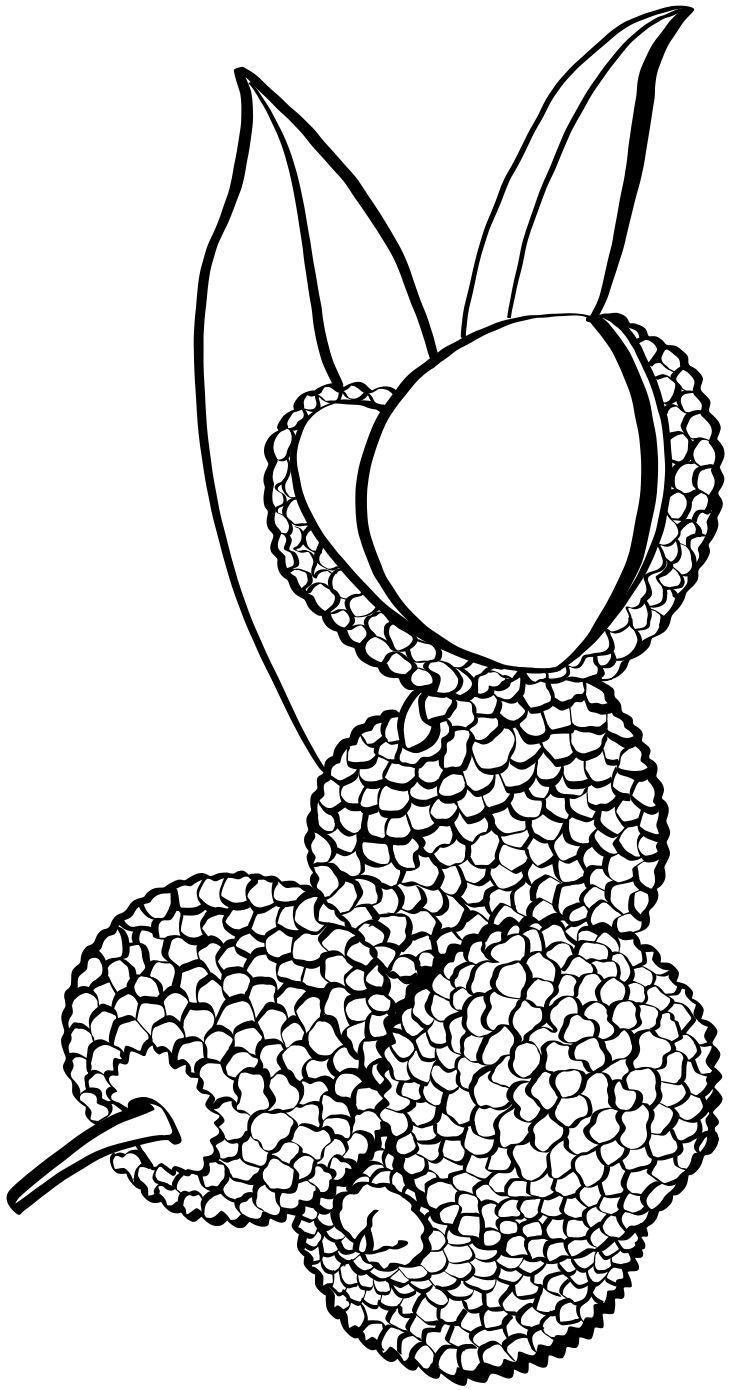
N

Noix

La noix est un fruit comestible à coque. Elle est produite par les noyers. Cet arbre qui était présent à l'origine dans les régions montagneuses en milieu tempéré sur le continent eurasiatique est maintenant largement cultivé dans le monde.

Note : La noix de Grenoble concerne un fruit issu d'une aire de culture particulière et de variétés spécifiques propres à celle-ci. L'aire de culture de la noix de Grenoble environne la ville de Grenoble, en France. Au Québec, le terme « noix de Grenoble » se réfère au fruit du Noyer commun, sans implication sur son origine géographique.

source : wikipedia.org



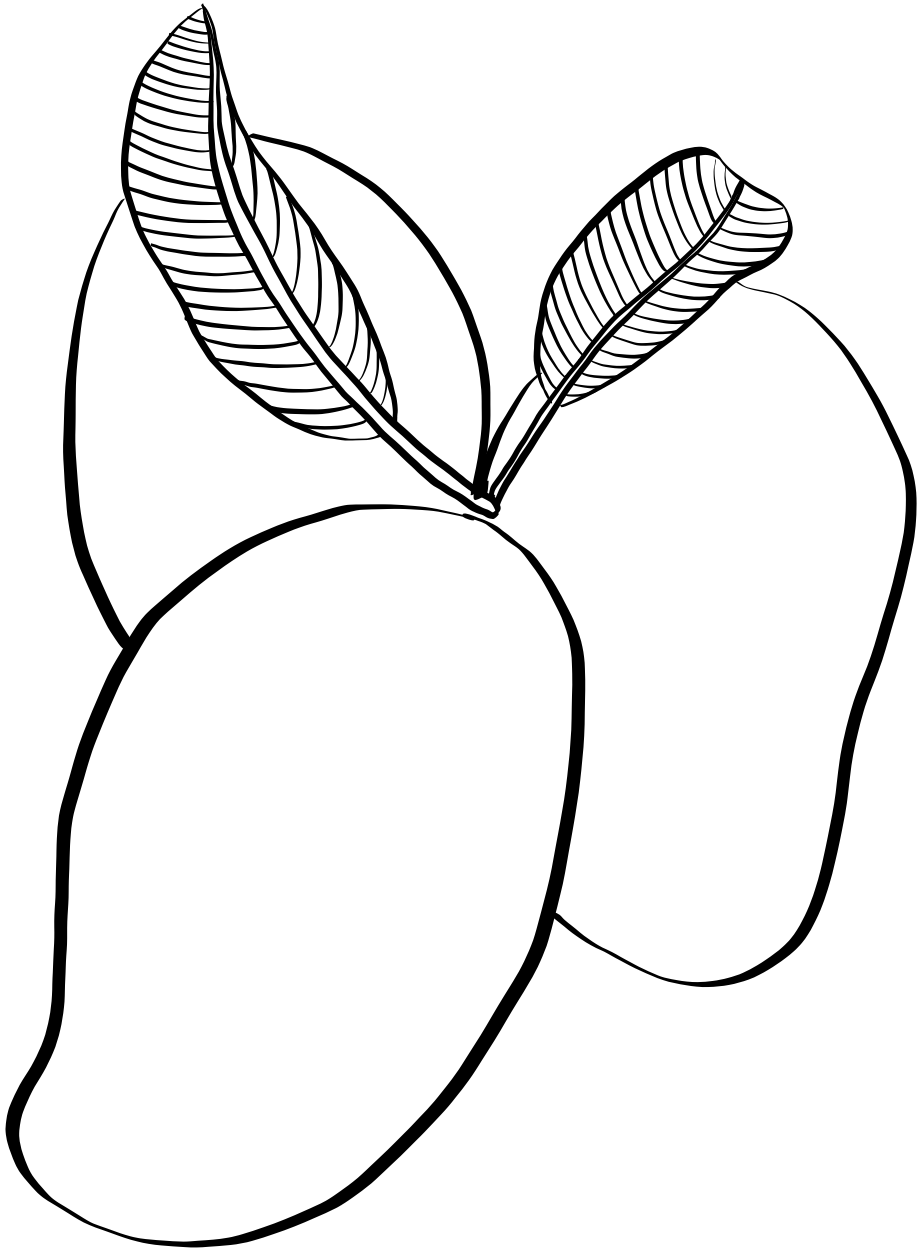
©marieloic.com

M

Mangue

La mangue est le fruit du manguier, grand arbre tropical de la famille des Anacardiaceae, originaire des forêts d'Inde, du Pakistan et de la Birmanie où il pousse encore à l'état sauvage. La forme de son fruit est à la base du motif cachemire. Son nom vient du portugais manga, repris du malayalam, māṅga, qui vient du tamoul, māṅgāy.

source : wikipedia.org



©marieloic.com