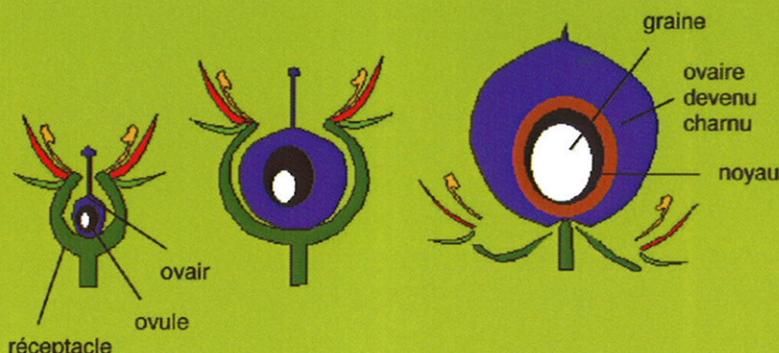


# La cerise



## Qu'est-ce que c'est ?

La cerise est un petit fruit charnu à noyau : on dit que c'est une drupe. On trouve deux catégories de cerises, les douces (les bigarreaux par exemple) et les acides (les griottes par exemple). Dans chaque catégorie, on peut trouver des centaines de variétés différentes !



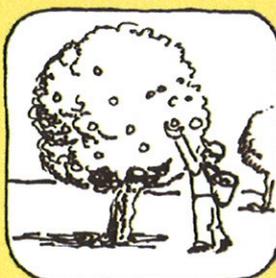
## La cerise dans le verger

L'agriculteur qui cultive des arbres fruitiers est un arboriculteur.



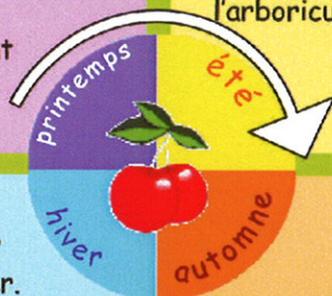
Les fleurs blanc-rosé apparaissent. Les abeilles les butinent et leur amènent du pollen.

Depuis la fin du mois de mai et jusqu'en juillet selon les variétés, l'arboriculteur récolte ses cerises.



L'arboriculteur taille le cerisier. La taille est importante : elle permet d'avoir des fruits plus gros.

L'arboriculteur surveille l'apport en eau et l'apparition des maladies.



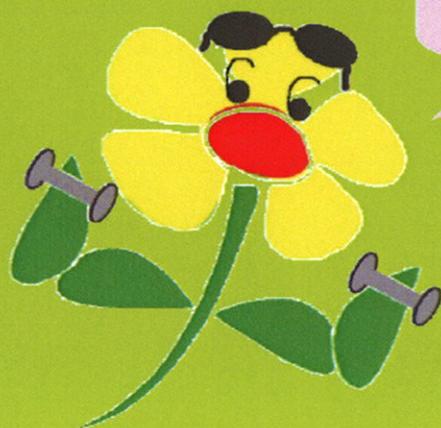
## Petit jeu ...

A ton avis, que veut dire ce proverbe ?

« S'il pleut le jour de Saint-Georgeau,  
Pas de fruits à noyaux,  
Ni guignes, ni bigarreaux. »

# Qu'apporte la cerise à ton organisme ?

La cerise est le fruit rouge le plus sucré : elle est donc très énergétique !



Elle contient aussi des vitamines et des minéraux très bons pour ta santé ! Elle est très riche en vitamine A qui aide ton corps à grandir et tes yeux à bien voir, et en vitamine E qui est importante pour ta peau et tes vaisseaux sanguins.

Le Potassium qu'elle contient lui confère des propriétés diurétiques, et ses fibres aident ton tube digestif à bien fonctionner.

Source : Interfel

## C'est toi le chef ! Le clafoutis aux cerises



- Préparation : 20 mn  
Cuisson : 45 mn  
Pour 4 personnes :
- 750 g de cerises bien mûres
  - 100 g de farine
  - 1/2 sachet de levure en poudre
  - 4 oeufs
  - 125 g de sucre
  - 2 pincée de sel
  - 25 g de beurre
  - 25 cl de lait
  - 1 sachet de sucré vanillé

Préchauffe le four à 180°C. Lave, équeute et éventuellement dénoyaute les cerises.

Dans un saladier, bats les oeufs en omelette.

Ajoute le sucre et le sel, et fouette 5 minutes. Verse la farine et la levure. Mélange délicatement à la spatule en bois.

Ajoute progressivement 25 g de beurre fondu et le lait.

Beurre un plat à gratin. Dispose les cerises dans le plat et verse l'appareil dessus. Enfourne et laisse cuire 45 minutes à 180°C.

Saupoudre de sucre vanillé à la sortie du four et sers le clafoutis dans son plat.

Tu n'as même pas besoin de le démouler !

