



## Activité 21

Lisez le texte puis répondez aux questions.

### ALIMENTATION



### La Fraise, le fruit des beaux jours

Découvrez tout ce que vous devez savoir sur les fraises !

En France, la fraise est le fruit par excellence qui annonce les beaux jours.

Sucrée, parfois un peu acide, la fraise est souvent rouge, mais pas toujours ! Il existe aussi des fraises orangées ou blanches. Une fraise pèse 10 grammes en moyenne. On cultive la fraise dans plusieurs régions de France.

Les avantages de la fraise pour la santé

La fraise est un fruit qui apporte beaucoup de vitamines. C'est un fruit peu calorique, on peut donc en consommer sans risque de grossir.

Quelle est la saison pour manger des fraises ?

Il existe plusieurs sortes de fraises. Grâce à ça, en France, on peut commencer à manger des fraises à partir du 15 mai et jusqu'à la fin du mois d'août.

D'après CuisineAZ

1. De quelle couleur sont les fraises ?

- Toujours rouges.                       Rouges et orange.                       De plusieurs couleurs.

2. Les fraises sont cultivées :

- seulement dans le sud de la France.  
 dans plusieurs régions françaises.  
 uniquement à l'étranger.

3. Quel avantage présente le fruit ?

- Il nous fait maigrir.                       Il donne de l'énergie.                       Il protège notre corps.

4. Que trouve-t-on dans la fraise ?

- Beaucoup de sucre.                       Plusieurs vitamines.                       Des éléments gras.

5. Quand peut-on manger des fraises ?

- Toute l'année.                       En été.                       En hiver.