

Les petits fruits forestiers



Comment s'appellent les fruits comestibles de l'aubépine?

Les oiseaux adorent les **cennes** et c'est probablement l'une des raisons qui expliquent pourquoi on en retrouve un peu partout dans la nature. Munissez-vous de gants épais lors de la récolte car elles possèdent de fortes épines.



Quel est le nom de cette plante indigène comestible?

Le **raisin d'ours** ou **Arctostaphylos**. Les autochtones en fumaient les feuilles et l'écorce comme du tabac. Ils le nommaient **kinnikinick** qui signifie «mélange à fumer».



Quel est cet arbuste que l'on surnomme familièrement pimkina?

Le **viorne trilobé**. Il est préférable d'attendre les premières gelées avant de récolter les baies: le froid concentre les sucres et rend le fruit plus juteux.



Quelle est cette espèce d'arbuste ayant des fruits rouge foncé à noirs?

Le **sureau blanc** à des grappes de fruits si abondantes que les branches recourbent. Il ne faut pas le confondre avec le **sureau rouge** dont les fruits sont non comestibles. Le **sureau rouge** possède des fruits en grappes semblables à celles des raisins.



Comment s'appelle cet arbuste dont les fruits noirs sont comestibles et se nomment poirats ou gueules noires?

L'**aronia** possède des fruits qui renferment beaucoup de vitamine C et servent comme colorant alimentaire. Les autochtones les consommaient frais et séchés pour les provisions d'hiver.



Comment s'appellent les fruits comestibles du rosier (églantier)?



Comment se nomme cette plante? Ses fruits sont surets. On les mange surtout sous forme de dessert, en jus, séché ou en sauce.

Les **cynorrhodons** se consomment après les premières gelées, quand la pulpe est molle. Comme ils sont souvent acides et plutôt astringents, on les mange rarement comme tel, mais plutôt cuits avec du sucre. Il est important d'enlever les graines avant de consommer les fruits, car elles sont couvertes de poils irritants qui peuvent provoquer des irritations à la peau et aux muqueuses. On appelle même, avec raison, le fruit du rosier «gratte-cul».

La **canneberge** communément appelée **atocas**, ses fruits sont une excellente source d'antioxydants.