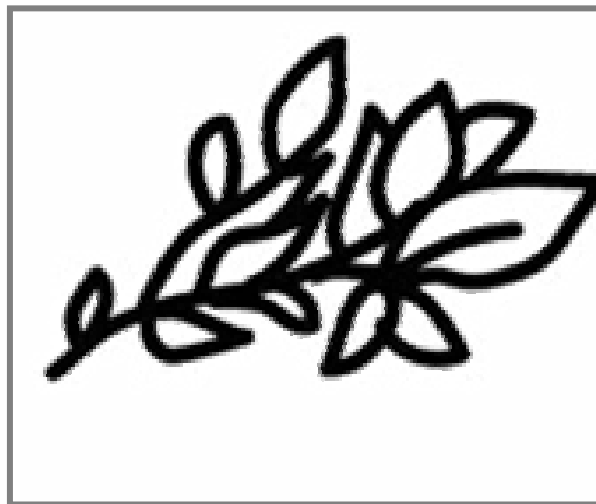


# Découvrir les légumes avec Louis

- **Quel est le nom et la couleur de ce légume ?**



# Découvrir les légumes avec Louis

- **L'épinard est-il :**

- a) Un légume feuille
- b) Un légume racine
- c) Un légume fruit



# Découvrir les légumes avec Louis

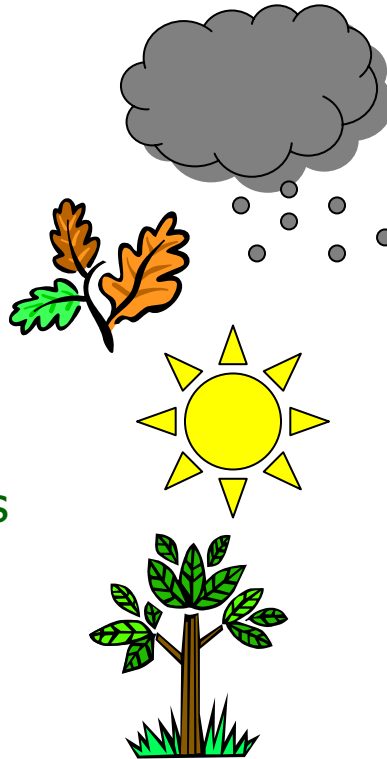
## • A quelles saisons cultive-t-on les épinards ?

a) Hiver

b) Automne

c) Été

d) Printemps



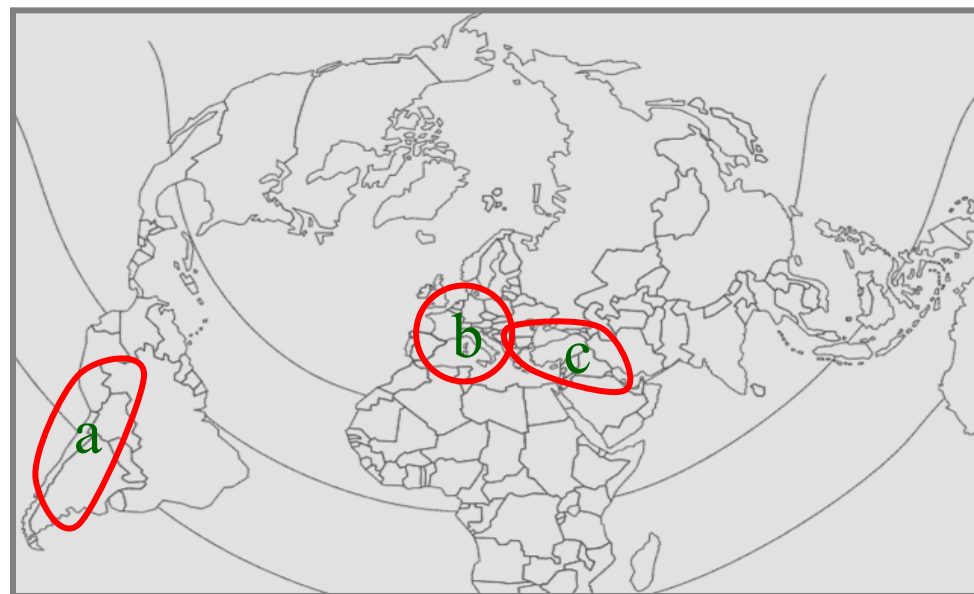
# Découvrir les légumes avec Louis

- **De quelle partie du globe est originaire l'épinard ?**

a) Cordillères des Andes

b) Europe

c) Asie Mineure





# Découvrir les légumes avec Louis

- **Les épinards améliorent la digestion, en favorisant le transit intestinal :**

a) Vrai

b) Faux



# Découvrir les légumes

- **Que contiennent les épinards en particulier ?**

a) Du fer

b) Des graisses ou lipides

c) Du sucre



# Réponses

- 1) L'épinard, vert**
- 2) C'est une légume feuille**
- 3) Printemps, Automne, Hiver**
- 4) Il est originaire d'Asie Mineure**
- 5) Vrai, en effet c'est un légume qui est riche en fibres et en plus peu calorique**
- 6) Du fer, transporteur de l'oxygène**