



Voici Neema.

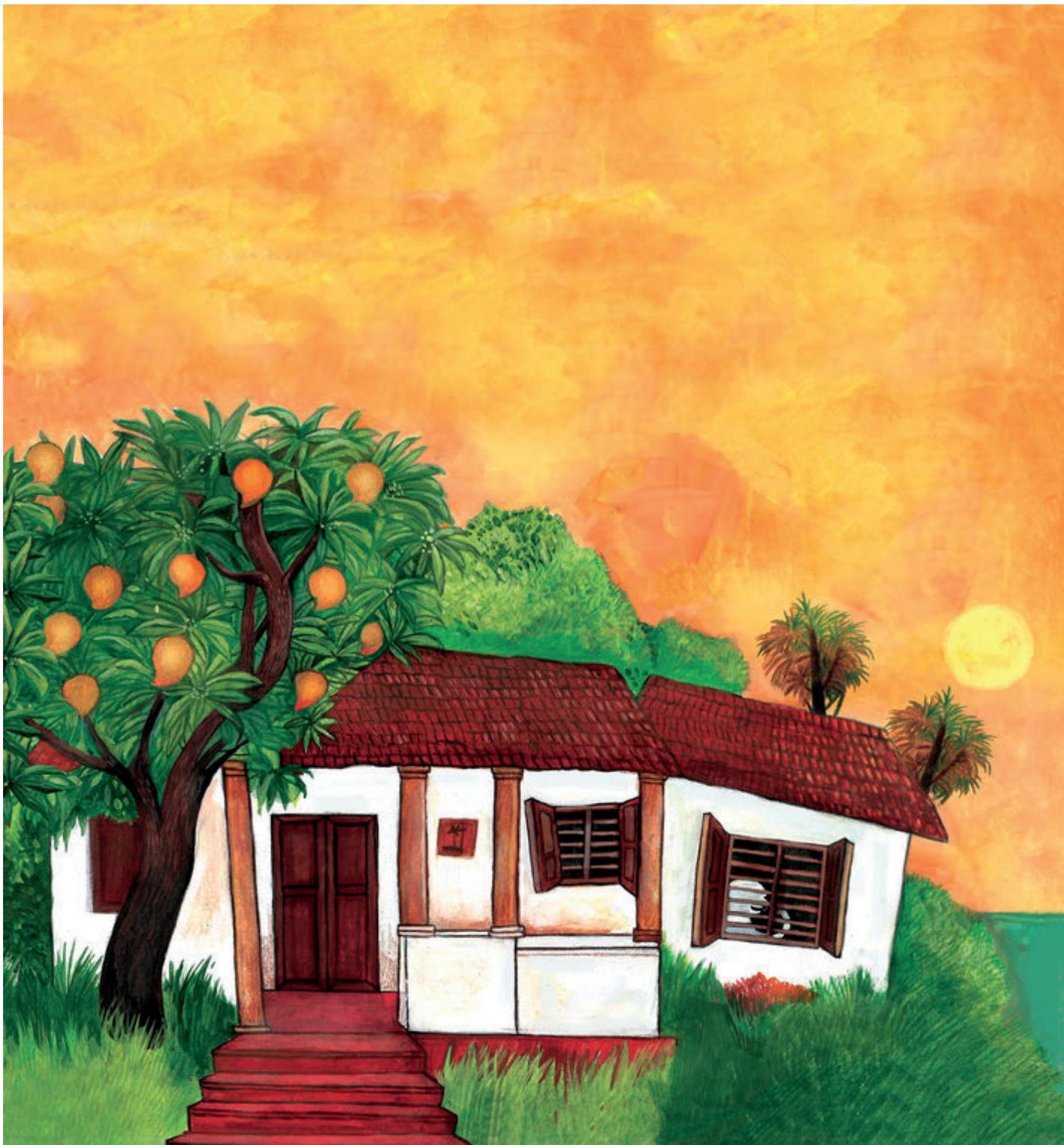
Tout comme toi, elle adore la nourriture.

C'est la raison pour laquelle elle passe son temps à manger.



SLURP! SLURP!
SCRUNCH... SCRUNCH!
MMH... MMH...

Mais ferme donc la bouche quand tu manges, Neema!

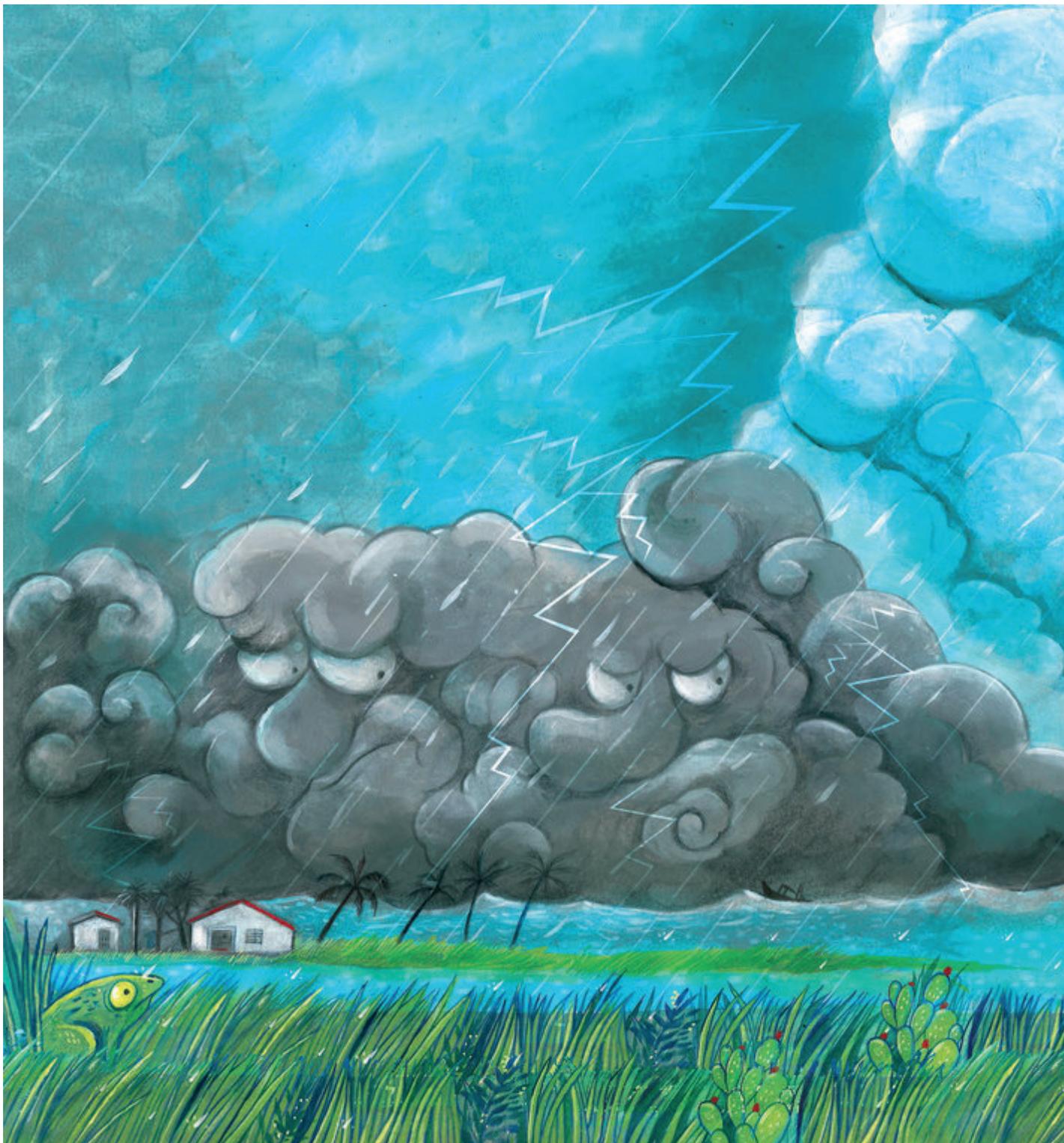


L'été, les jours sont longs et agréables et il fait bon.

Qu'est-ce que Neema mange donc à cette saison?



L'été, c'est la saison où l'on mange des mangues, jaunes, vertes et rouges. Mais aussi des litchis à la chair blanche et douce, des pastèques rayées vert et jaune et des mûres blanches juteuses dont les grains éclatent dans la bouche. Oh là là, les mains de Neema sont toutes violettes et collantes, maintenant!



Pendant la mousson, les gros nuages noirs s'amoncellent et il pleut.

Qu'est-ce que Neema mange donc à cette saison?



Pendant la mousson, on mange du maïs jaune ou violet.

Mais aussi des citrons doux frais et juteux, des ananas avec leur couronne de feuilles, des prunes de Java pourpres et moelleuses.

Oh, la langue de Neema est toute bleue et duveteuse!



L'hiver, les jours raccourcissent et il fait froid.

Qu'est-ce que Neema mange donc à cette saison?



Des betteraves, rouges comme le soleil couchant, et des cœurs de bœuf verts et charnus.

Regarde, regarde, Neema grimpe à un arbre!

Oh, elle a cueilli tous les tamarins marron et acidulés!



Neema adore manger,
mais elle le fait en
fonction des saisons.

SLURP ! SLURP!
SCRUNCH!SCRUNCH!
MMH... MMH...

Il existe cinq types de saisons dans le monde : le printemps, l'été, la mousson, l'automne et l'hiver.

Dans certaines régions de l'Inde, comme celle dans laquelle Neema habite, il n'y a que trois saisons : l'été, la mousson et l'hiver.



Mangeons les fruits et légumes de saison!

Comme Neema, tu peux manger de délicieux fruits et légumes aux couleurs vives tout au long de l'année. Voici un calendrier pour t'aider à choisir quels fruits et légumes manger au cours de l'année.



Tamarin

De janvier à février



Sapotille

De janvier à février, puis de mai à juillet



Mûre blanche

De mars à mai, puis d'octobre à novembre



Épinard

De mars à mai, puis d'octobre à janvier

Mangue

De mars à août

Pastèque

D'avril à juin



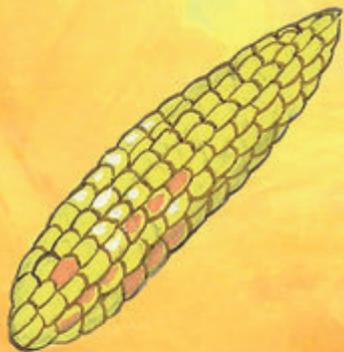
Litchi

De mai à juin



Prune de Java

De mai à juillet



Maïs

De juin à août



Citron doux
En juillet-août

Cœur de bœuf
D'octobre à février

Betterave
Toute l'année, de préférence en hiver

