



## La Feuille de Chou

chapitre 20 7 octobre 2020

Bonjour à tous, ça y est : l'automne est installé... couvrons-nous bien, cache-nez et petit bonnet, bottes et chaussettes ...

### L'automne Est Las, chanson de Manu Chao

Les feuilles sont jaunes,  
Les hommes sont verts  
La tête est noire le cœur est rouge  
Madame rouquine déploie ses ailes  
Sous la pluie fine l'automne est las  
Boulevard mortier  
bar le mortier  
bar la lorraine

Les feuilles blanches les feuilles  
mortes  
Se ramassent à la pelle...  
sous la pluie fine l'automne est làs (x2)  
Les feuilles sont jaunes  
les hommes sont verts  
la tête est noire  
le cœur est rouge  
madame rouquine déploie ses ailes  
sous la pluie fine l'automne est làs

Boulevard mortier  
bar le mortier  
bar la lorraine  
madame rouquine déploie ses ailes  
sous la pluie fine l'automne est làs  
Les feuilles blanches les feuilles  
mortes  
se ramassent à la pelle...  
sous la pluie fine l'automne est làs (x2)

Je suis un polichinelle  
tirez sur ma ficelle  
je suis un polichinelle  
tirez sur ma ficelle  
je fais mon p'tit numéro  
dès que j'entends les bravos  
et quand je suis fatigué  
je m'arrête me reposer...

**En automne les arbres deviennent magnifiques, jaunes, orangés, rouges, ils changent de couleur pour nous offrir des paysages étonnants.**

Les feuilles réagissent ainsi tout simplement parce que la luminosité naturelle et la température diminuent. Les plantes produisent moins de chlorophylle et se sont les caroténoïdes et les anthocyanes qui apparaissent

Les feuilles sont le plus souvent vertes grâce à la présence des chlorophylles A et B dont le rôle est essentiel dans la photosynthèse. Caroténoïdes, anthocyanes, flavonoïdes, et mélanines sont les principales familles de pigments à l'origine des couleurs des végétaux.

Certaines plantes ou arbres restent verts toute l'année. Leurs feuilles persistantes ont une composition telle qu'elles ne gèlent pas et continuent à produire la chlorophylle par photosynthèse même à basse température. La chute inéluctable des feuilles n'a pas de relation avec la durée des jours et la température.



**C'est le temps  
de la compote de pommes !**

Prenez quelques pommes bien mûres, épluchez-les et mettez-les à compoter une bonne heure dans une casserole à fond épais. Comme cela, simplement, pas de sucre ... rien. Régalez-vous sur un biscuit, dans un yaourt ou juste à la cuillère...

**Être grand et fort**

*A partir des noms : colosse, monument, titan ,  
trouvez les adjectifs pour compléter les phrases suivantes :*

La tour est imposante, elle est \_\_\_\_\_

Le héros se sent aussi fort qu'un colosse, il est \_\_\_\_\_

Cette entreprise est démesurée, elle est \_\_\_\_\_

**Encore une petite  
gourmandise avec les figues.**

Prenez quelques fruits mûrs dans l'arbre ou au marché... de nombreux arbres offrent leurs branches généreuses par-dessus les murs des jardins, accessibles depuis les trottoirs...servez-vous !

On ouvre les fruits en quatre par la queue comme une fleur et on laisse l'attache en place.

Recouvrez de feuilles de romarin, quelques cuillères de miel, et placez au four. Cuire 15 minutes à four chaud.

Ce plat se déguste froid ou tout chaud sorti du four.

**Les dictons :**

En octobre qui ne fume jamais rien, ne récolte jamais rien.  
À la saint Firmin, l'hiver est en chemin.  
Saint Wilfrid ensoleillé, deux jours plus tard emmitouflé.  
Octobre est bon s'il est de saison.

**Une histoire courte : Bois d'arbre de Sara Afonso**

— À moi ! supplia le petit frêne, en levant une branche. Mais les autres ne l'écoutaient pas.  
— Et toi ? demanda le sapin, en se servant une goutte de rosée.  
— Oh ! moi, soupira le chêne, je suis trop vieux maintenant. J'ai des nœuds plein les branches. Mon grand-père lui, fut charpente d'une abbaye cistercienne. Et mon père, traverses pour les premiers chemins de fer. Des ancêtres prestigieux, du bois comme on n'en fait plus !  
— Moi, mon rêve, risqua le frêne mais déjà, le sapin avait pris la parole.  
— Mes ancêtres à moi sont moins glorieux. La plupart d'entre eux bossent pour les pompes funèbres. À mon avis, le même sort m'attend, ça sent pas bon pour moi.  
— Et toi, petit frêne ? demanda le vieux chêne, se penchant dans un craquement sec.  
— Moi, je rêve de voyages, d'histoires, de connaissances, de rencontres, de partage...  
— T'as de drôles de rêves l'arbuste, dit le sapin d'un ton piquant. Ça va pas être simple !  
— Au contraire, répliqua le petit frêne, il me suffira d'être livre.



**JOYEUX ANNIVERSAIRE  
À NOTRE  
FEUILLE DE CHOU !**

Passez une joyeuse  
bonne semaine ...  
cuisinez,  
émerveillez-vous,  
soyez heureux !