



LAS CEREZAS

Las cerezas son los frutos que nos da un árbol que se llama cerezo. Las cerezas son redonditas, de color rojo intenso, tienen pulpa (carne) muy jugosa y esconden un pequeño hueso en su interior. Su sabor es más o menos dulce según la variedad. Una variedad de las cerezas son las **picotas** que son más dulces, más pequeñas y no tienen rabito.

Las cerezas se recogen en temporada de verano y suelen tomarse naturales, tal y como se recogen del árbol. Con ellas se preparan muchas cosas, como: zumos, licores, cremas para rellenar tartas. También sirven para elaborar una deliciosa sopa fría que está muy de moda en los últimos años, que se llama ¡Gazpacho de Cerezas!



Una vez cogidas del árbol se tienen que comer o guardar en conserva cuanto antes, porque si no se pudren (estropean, se ponen malas) muy rápidamente. Una forma de disfrutar todo el año de ellas, es haciendo mermelada o en almíbar, que es un líquido dulce hecho con agua y azúcar.

Si te gustan las cerezas estás de suerte porque, además de riquísimas, son muy saludables (sanas). Si las comes de vez en cuando, funcionará muy bien tu corazón, tu piel estará más suave y por las noches dormirás como un lirón (animal roedor que duerme mucho).

1.-CONTESTA

¿Qué son las cerezas?

.....

¿Cuál es el árbol que no da las cerezas?

.....

¿Cómo son las cerezas?

.....

.....

¿Qué son las picotas?

.....

.....

¿Cómo se suelen comer las cerezas?

.....

¿Qué se puede preparar con ellas?

.....

¿Qué se puede hacer para disfrutar todo el año de ellas?

.....

.....

¿Qué es el almíbar?

.....

2.-Subraya los beneficios (cosas buenas) que tendremos se comemos cerezas.

Nuestro corazón funcionará mejor.

Dormiremos profundamente.

Tendremos la piel más suave.

Correremos más rápido.

3.-Escribe si son verdaderas **V** o falsas **F** estas oraciones.

El árbol que da cerezas es un nogal.

El árbol que da cerezas es un cerezo.

Las cerezas no tienen hueso.

Las cerezas son de color rojo claro.

Las cerezas son de color rojo intenso.

Una clase de cerezas se llaman picotas.

Las picotas no son dulces y tienen rabito.

Las picotas son más dulces que las cerezas.

Las picotas no tienen rabito.

Se recogen en la temporada del otoño.

Las cerezas se comen heladas.

Su pulpa es jugosa.

Con las cerezas se hace mermelada.

Las cerezas se conservan en almíbar.

Son riquísimas y nada saludables.

Son riquísimas y muy saludables.

Si comes cerezas dormirás mejor.

4.- Relaciona estos árboles con sus frutos.

Nogal

Melocotón

Albaricoquero

Membrillo

Castaño

Almendra

Melocotonero

Nuez

Almendro

Castaña

5.- Escribe como se llama el árbol que da estas frutas.

Peras.....

Limonas.....

Naranjas.....

Higos.....

Cerezas.....

Ciruelas.....

Manzanas.....

Cocos.....

Plátanos.....

Albaricoques.....

Melocotones.....

6.- Escribe el nombre de 6 frutas que se comen en otoño.

.....

.....

7.- Escribe el nombre de 6 frutas que se comen en verano.

.....

.....

8.- ¿Dónde podemos comprar las frutas?

.....

.....

9.- Lee, para conocer los beneficios de comer frutas.

¡Más razones para comer fruta!



Las cerezas ayudan a calmar el sistema nervioso



Las uvas relajan los vasos sanguíneos



Los melocotones son ricos en potasio, flúor y hierro



Las manzanas ayudan al cuerpo a desarrollar resistencia contra las infecciones



La sandía ayuda a controlar el ritmo cardíaco



Las naranjas ayudan a tener una buena piel y vista



Las fresas pueden potencialmente luchar contra el cáncer y el envejecimiento



Los plátanos son muy buenos para los atletas porque dan energía



La piña ayuda en la lucha contra la artritis



Los arándanos protegen el corazón



Los kiwis aumentan la masa muscular



Los mangos protegen contra varios tipos de cáncer

10.- Escribe los beneficios que tienen las frutas de la página anterior, como el modelo.

Las cerezas ayudan a calmar el sistema nervioso.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

11.- Dibuja las tres frutas que más te gusten.