



Communiqué de presse

A la découverte des baies et fruits d'automne en forêt de Fontainebleau

Fontainebleau, septembre 2021 : Mûres, fraises, châtaignes, noisettes..., l'automne est la saison de tous les fruits secs, complexes ou encore charnus. A cette période de l'année, la forêt de Fontainebleau en regorge. Mais quels sont ces baies et fruits d'automne ? Savez-vous les reconnaître ? Peut-on les cueillir ? Comment les consommer ? Afin de répondre à toutes ces questions de botanique et pratiques, [Fontainebleau Tourisme](#), l'Office de tourisme du Pays de Fontainebleau, vous propose de partir en balade en forêt de Fontainebleau avec un guide passionnée par cette richesse offerte par la Nature.



Crédit photo : Fontainebleau Tourisme

Un jeu de découverte pour faire connaissance avec les fruits et baies en forêt

À l'automne, la forêt abonde en fruits charnus et fruits secs, certains sont comestibles et d'autres toxiques pour nous. Lors d'une visite de 2h en forêt de Fontainebleau, vous apprendrez à les reconnaître et à vous en souvenir grâce aux explications de Jeff, votre guide nature expert. Votre balade se ponctuera de nombreux arrêts où vous serez invité à reconnaître le fruit ou la baie en fonction de la description. Pourquoi une baie de genièvre n'est pas réellement une baie ? Est-ce que l'on peut consommer les fruits secs tels que les glands et les faînes ?

A l'issue de ce « jeu de pistes », les fruits forestiers, baies, drupes, fruits complexes, fruits multiples et fruits secs vous paraîtront plus simples à identifier dans une haie, dans un bois, dans votre jardin.

Fruits charnus, secs, complexes et multiples

Pour mieux connaître la nature et s'émerveiller de sa richesse et créativité, voici ici quelques astuces sur les fruits qui vous permettront de mieux les reconnaître le moment venu. En effet, lors de cette

balade, vous rencontrerez deux types de fruits dans ce milieu forestier : les fruits charnus et les fruits secs. Les fruits charnus sont, comme leur nom l'indique, des fruits pulpeux. Ils se décomposent en deux sortes les baies (myrtilles, raisins) et les drupes qui ont un noyau (abricot, cerise). A l'inverse, les fruits secs sont des fruits avec une paroi peu hydratée, comme la noix ou encore le gland.

Le saviez-vous ? Les fruits peuvent aussi être multiples et complexes, comme le sont la mûre et sa proche cousine, la framboise : chaque « grain » qui les compose est une petite baie ! De son côté, la fraise est un fruit complexe : à chaque fois que l'on en mange une, on avale ainsi une centaine de fruits.

Pour en connaître davantage, il ne vous reste plus qu'à participer à l'une de ces visites guidées en forêt de Fontainebleau.

A cette occasion vous pourrez également découvrir la beauté des pommiers sauvages et, c'est de saison, ramasser de délicieuses châtaignes en forêt.

Savourer les baies et fruits d'automne

Quand vous saurez reconnaître les fruits dans ce milieu forestier, vous pourrez alors en cuisiner certains. Notre guide vous donnera en effet des conseils pratiques sur les différents fruits, s'ils sont comestibles ou non et les goûts qu'ils peuvent révéler. Cette visite est avant tout une découverte des fruits mais vous pourrez tout de même profiter d'une cueillette dans la limite du raisonnable. Rappelons que la cueillette en forêt est limitée à une consommation personnelle.

Pour vous mettre l'eau à la bouche, vous pouvez déjà découvrir le livre de recettes de fruits sauvages « Grignotages sauvages » de Bruno Delaunay aux éditions de Terran.

La visite en forêt sur les baies et fruits d'automne est conseillée à partir de 10 ans.

Les prochaines dates :

Mercredi 27 octobre 2021 de 10h à 13h

Samedi 30 octobre 2021 de 10h à 13h

Samedi 6 novembre 2021 de 10h à 13h

*des dates supplémentaires seront susceptibles d'être ajoutées.

Tarifs :

Adulte : 15 €, Enfant (6-12 ans) : 8 €

Gratuit pour les moins de 6 ans

[Réservation préalable obligatoire](#)

Sur le site de [Fontainebleau Tourisme](#), l'office de tourisme du Pays de Fontainebleau, est présenté l'ensemble des informations utiles sur la destination pour découvrir toutes les facettes du Pays de Fontainebleau.

Contacts presse Fontainebleau Tourisme :

Moreno Conseil

Clara Moreno - 06 12 56 70 07 – clara@morenoconseil.com

Indrani Muller - 06 27 93 60 29 – indrani@morenoconseil.com

Fontainebleau Tourisme - Christelle Berthevas

Responsable communication et partenariats – 06 73 89 75 64 – christelle@fontainebleau-tourisme.com

Retrouvez Fontainebleau Tourisme sur les réseaux sociaux (cliquez sur les icônes) :

