

Blackberry bush



Scientific name: ***Rubus plicatus***

Common names: blackberry bush, bramble

Family: Rosaceae

Geographic origin: Minor Asia

Blackberry is an edible red fruit of the common bramble. Strawberry plants are part of the same family as the blackberry bushes.

In England, an old folk tale says that blackberries should not be picked after Michaelmas Day (also known as the feast of Saint Michael) in October. The story goes that the devil spat or stepped on them and they are not fit to eat after that day. The wet autumn weather encourages the formation of mould, so that the blackberries taste less strong and can even be poisonous.

Raw blackberries contain 88% water, 10% carbohydrates, 1% protein and 0.5% fat. The fruit is a great source of vitamins, like vitamin C which is part of collagen formation in bones, connective tissue and blood and vitamin K which is the reason why you don't bleed profusely when you cut yourself.

La Ronce

Nom scientifique : *Rubus plicatus*

Nom commun : ronce

Famille : Rosacées

Origine géographique : Asie mineure

La mûre est le fruit rouge comestible de la ronce commune. Le fraisier fait partie des plantes du même type que la ronce.

En Angleterre, un vieux conte populaire dit que les mûres ne doivent pas être cueillies après le jour de la Saint-Michel, en octobre.

L'histoire dit que le diable a craché ou marché sur elles et qu'elles ne sont pas bonnes à manger après ce jour. Le temps humide de l'automne favorise la formation de moisissures, de sorte que les mûres ont un goût moins prononcé et peuvent même être toxiques.

Les mûres crues contiennent 88% d'eau, 10% de glucides, 1% de protéines et 0,5% de matière grasse. La mûre est une grande source de vitamines, comme la vitamine C qui fait partie intégrante de la formation du collagène dans les os, le tissu conjonctif et le sang, et la vitamine K qui est la raison pour laquelle on ne saigne pas abondamment lorsque l'on se coupe.