PROVINCE de NAMUR
Cellule Promotion Santé

Au cœur de votre santé

Le légume du mois d'avril

Le radis

Il existe de **nombreuses variétés** de radis (mauves, verts, noirs, jaunes,…)
Croqué au naturel avec un peu de sel, c'est un pur aliment plaisir reconnu aussi pour ses **qualités nutritionnelles**.
Faible en calories, le radis est un des légumes les plus **riches en vitamines**.
Il est **cultivé d'avril à novembre**.

Un peu d'histoire...

Le radis est une racine comestible **originaire du Proche Orient**.
Il était déjà consommé par les Grecs et les Italiens **avant l'ère chrétienne**.
Ce sont **les Romains** qui ont répandu le radis dans toute l'Europe.
Le petit **radis rouge**, tout rond, n'a fait son **apparition qu'au XVIIIe siècle**.

En **argot**, le radis désigne **l'argent** dans l'expression **« n'avoir plus un radis »**.

ASD

En collaboration avec l'APEF et l'ASTE

La Cellule Promotion Santé est là pour répondre à vos questions ! dsp.promotionsanté@province.namur.be 081/77.55.42

Editeur responsable : Monsieur Vidéry ZUNEN Directeur général de la Province de NAMUR, Place Saint Aubain 2-6 5000 Namur

PROVINCE de NAMUR
Cellule Promotion Santé

Au cœur de votre santé

Le légume du mois d'avril

Le radis

Le radis est une racine comestible **originaire du Proche Orient**. Il est **cultivé d'avril à novembre** et est **faible en calories** mais **riche en vitamines**.

ASD

En collaboration avec l'APEF et l'ASTE

La Cellule Promotion Santé est là pour répondre à vos questions ! dsp.promotionsanté@province.namur.be 081/77.55.42

Editeur responsable : Monsieur Védéry ZUNEN Directeur général de la Province de NAMUR, Place Saint Aubain 2-6 5000 Namur