La Salade

🥬 **La salade, c'est quoi ?**

La salade est un **légume** à feuilles vertes.

🌿 On mange les **feuilles** de la salade. Elles sont **tendres** et **fraîches**.

🍽️ On peut manger la salade **crue**, souvent dans une assiette avec de la vinaigrette (un peu d'huile, de sel et de jus de citron ou de vinaigre).
C'est très bon avec des **tomates**, du **maïs**, ou même des **œufs durs** !

👩‍🌾 La salade pousse dans la **terre**, dans un jardin ou dans un champ.

💪 Elle est bonne pour la santé, car elle contient de **l'eau**, des **vitamines** et aide le **ventre à bien fonctionner**.