

# Fruits of the Land

## Original flavors of St. Martin

The first foods on St. Martin were here long before the first people. Many different native fruits were already part of the landscape when the first people came. Before the first people, these fruits were food for native birds and other animals. We can thank the birds for eating these fruits and then spreading the seeds from island to island.

**Sea Grape** (*Coccoloba uvifera*) and **Coco Plum** (*Chrysobalanus icaco*) are often found near the sea, and still grow wild near many of our beaches. **Guava** (*Psidium guajava*) and **Guavaberry** (*Myrciaria floribunda*) do well in valleys with rich soil and plenty of water. **Soursop** (*Annona muricata*) and **Sugar Apple** (*Annona squamosa*) were once planted in every backyard.

Today, some native fruits, like the **Water Lemon** (*Passiflora laurifolia*), are rarely seen. Sea Grapes are still loved for their shade and beauty, but now most of their fruit goes uneaten. Over the years, many new, non-native fruits like mango, banana and kinnip became local favorites after they were brought to St. Martin from other parts of the world.

Other native fruits still have a strong place in local diet and culture.

Guavaberry is a favorite flavor for rum, jam and tarts eaten at Christmas time. Soursop trees are still found beside many houses. Their fruit are enjoyed as juice, smoothies or sorbet and their leaves are used as a bush tea.



**Soursop** (*Annona muricata*) gets its name from the sweet and sour taste of its fruit. The fruit is loved throughout the Caribbean and has also been brought to Asia and Africa. On St. Martin, the fruit and its juice are both popular. Soursop is also used as bush medicine. The fruit and leaves are used to treat dozens of conditions, from fever to bedwetting. On St. Martin, tea made from a few Soursop leaves steeped in boiled water is taken before bed for better sleep.

Le **Corossol** (*Annona muricata*) est un fruit apprécié dans toutes les Caraïbes pour le goût aigre-doux de ses fruits. Il a également été apporté en Asie et en Afrique. À St. Martin, le fruit et son jus sont tous deux populaires. Le Corossol est également utilisé en médecine traditionnelle. Les fruits et les feuilles sont utilisés pour traiter des dizaines de conditions, de la fièvre à l'éneurésie nocturne. À St. Martin, pour mieux dormir on prend un thé avant de se coucher, fait à partir de quelques feuilles de Soursop infusées dans de l'eau bouillie.



The **Coco Plum** (*Chrysobalanus icaco*) is seen here with the **White-crowned Pigeon** (*Patagioenas leucocephala*), a Caribbean bird that eats the fruit and spreads the seeds of many native trees.

On voit ici l'**Icaque** (*Chrysobalanus icaco*) avec le **Pigeon à Couronne Blanche** (*Patagioenas leucocephala*), un oiseau des Caraïbes qui mange le fruit et répand les graines de nombreux arbres indigènes.



The **Sugar Apple** (*Annona squamosa*) is also called Sweet Sop.

La **Pomme Cannelle** (*Annona squamosa*) est un fruit doux.

# Les Fruits de la Terre

## Saveurs originales de St. Martin

Les premiers aliments sur St. Martin étaient là bien avant les premiers habitants. De nombreux fruits indigènes faisaient déjà partie du paysage lorsque les premiers habitants sont arrivés. Avant les premiers habitants, ces fruits étaient un aliment pour les oiseaux indigènes et d'autres animaux. Nous pouvons remercier les oiseaux d'avoir mangé ces fruits et d'avoir ensuite disséminé les graines d'île en île.

Le **Raisinier Bord De Mer** (*Coccoloba uvifera*) et l'**Icaquier** (*Chrysobalanus icaco*) se trouvent souvent près de la mer et poussent encore à l'état sauvage près de beaucoup de nos plages. Le **Goyavier** (*Psidium guajava*) et le **Guavaberry** (*Myrciaria floribunda*) croissent fort bien dans les vallées riches en terres fertiles et en eau. Le **Corossolier** (*Annona muricata*) et le **Pommier Cannelle** (*Annona squamosa*) étaient autrefois plantés dans chaque jardin.

Aujourd'hui, certains fruits indigènes, comme la **Pomme Liane** (*Passiflora laurifolia*), sont rarement vus. Les Raisiniers Bord De Mer sont toujours appréciés pour leur ombre et leur beauté, mais maintenant la plupart de leurs fruits ne sont pas consommés. Au fil des ans, de nombreux fruits non indigènes, tels que la mangue, la banane et la quenette, sont devenus des favoris locaux après avoir été apportés à St. Martin d'autres régions du monde.

D'autres fruits indigènes jouent encore un rôle important dans l'alimentation et la culture locales. Le Guavaberry est une saveur préférée du rum, de la confiture et des tartes consommés à la période de Noël. On trouve encore des Corossoliers à côté de nombreuses maisons. Leurs fruits sont consommés sous forme de jus, de smoothies ou de sorbet.



The **Water Lemon** (*Passiflora laurifolia*) is a close relative of the **Passion Fruit** (*Passiflora edulis*). Both plants are vines with beautiful flowers. The fruit of the Water Lemon is oval-shaped, and soft and fuzzy on the outside. Inside, the fruit looks like a Passion Fruit, with edible seeds in sweet, juicy pulp. Though delicious, they are not widely grown. Leaves of the Water Lemon are eaten by caterpillars of the **Gulf Fritillary** (*Agraulis vanillae*), a medium-sized, bright orange butterfly.

La **Pomme Liane** (*Passiflora laurifolia*) est un proche parent de la **Grenadille** (*Passiflora edulis*). Les deux plantes sont des vignes avec de belles fleurs. Le fruit de la Pomme Liane est de forme ovale, et doux et velouté à l'extérieur. À l'intérieur, le fruit ressemble à celui de la Grenadille, avec des graines comestibles à la pulpe sucrée et juteuse. Bien que délicieux, ce n'est pas largement cultivé. Les feuilles de la Pomme Liane sont consommées par les chenilles de l'**Agraulis Nacré** (*Agraulis vanillae*), un papillon de taille moyenne et de couleur orange vif.