

ALOE VERA



L'aloë vera est une plante succulente originaire d'Afrique du Nord et largement cultivée dans les régions tropicales et subtropicales. Elle est reconnue depuis l'Antiquité pour ses nombreuses vertus médicinales et cosmétiques. Le gel transparent contenu dans ses feuilles est utilisé à la fois en usage externe (peau, cheveux) et en usage interne (jus, compléments alimentaires).

DISPONIBILITÉ ET PROVENANCE

PROVENANCE

JANVIER FÉVRIER MARS AVRIL MAI JUIN JUILLET AOÛT SEPTEMBRE OCTOBRE NOVEMBRE DÉCEMBRE

MEXIQUE

QUÉBEC

CLIENTÈLE CIBLE: CARIBÉENNE & HISPANIQUE

TEMPÉRATURE OPTIMALE POUR LA CONSERVATION

12 - 14 °C de 2 à 3 semaines

GUIDE D'ACHAT

Privilégiez les feuilles épaisses, vert foncé, sans taches ni moisissure.

CONSOMMATION

L'aloë vera se consomme principalement sous forme de gel extrait de l'intérieur de la feuille. Pour le préparer, il faut d'abord couper la feuille, la rincer, puis l'ouvrir en deux dans le sens de la longueur. On récupère ensuite le gel translucide à l'aide d'une cuillère, en prenant soin d'éviter la peau et le latex jaune, qui peuvent être irritants.

Seul le gel est comestible, la peau ne doit pas être consommée. Ce gel peut être mixé dans des jus, des smoothies ou consommé tel quel pour ses bienfaits digestifs et hydratants.

VALEUR NUTRITIVE

Le gel d'aloë vera est composé à 99 % d'eau, il est riche en vitamines (A, C, E, B1, B2, B6, B12). Il est également source de minéraux (calcium, magnésium, zinc).

