

CERISE DE TERRE



La cerise de terre, ou physalis, est un petit fruit rond originaire d'Amérique du Sud, enveloppé d'une fine coque beige en forme de lanterne. À maturité, il présente une peau jaune orangé et une chair juteuse, sucrée et acidulée. Sa texture ferme et son goût unique, rappelle la tomate cerise, l'ananas et la mangue avec une note citronnée.

DISPONIBILITÉ ET PROVENANCE

PROVENANCE

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

COLOMBIE

QUÉBEC

CLIENTÈLE CIBLE: HISPANIQUE

TEMPÉRATURE OPTIMALE POUR LA CONSERVATION

10 - 12°C de 2 à 3 semaines

GUIDE D'ACHAT

Recherchez des fruits de couleur vive et éclatante et de texture ferme. Veillez à ce que les coques soient intactes, sans signe de moisissure ou de dommage, et évitez les fruits à l'aspect terne ou ridé, car ils peuvent être moins frais.

CONSOMMATION

Dégustez-les crues en les faisant éclater entières dans votre bouche ou utilisez-les dans les salades, les desserts, les confitures ou les sauces pour obtenir une délicieuse explosion de saveur sucrée et acidulée.

VALEUR NUTRITIVE

La cerise de terre, légère et nutritive, apporte fibres, vitamines C, A et B3, ainsi que fer, phosphore et un peu de potassium. Riche en antioxydants, elle favorise l'immunité et la santé cellulaire.

