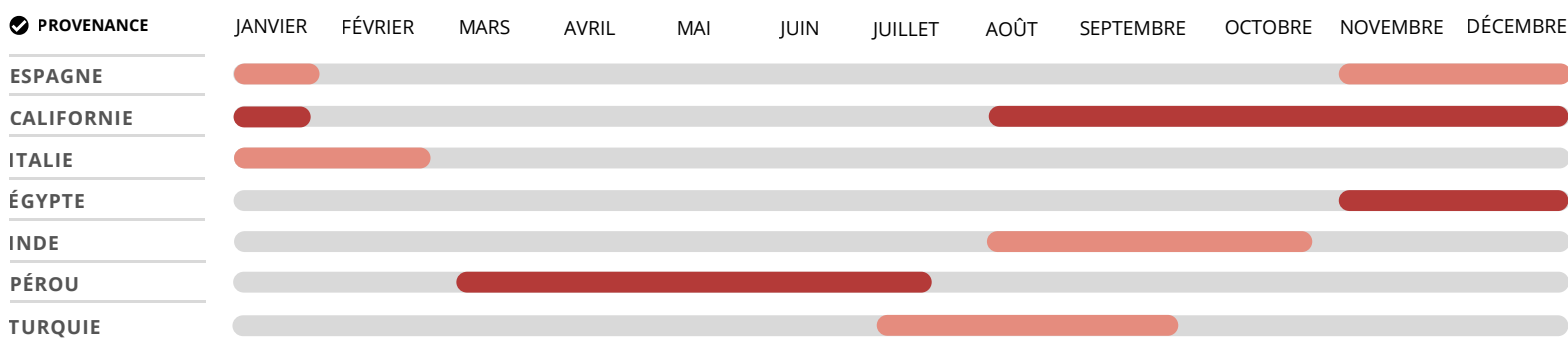


GRENADE



La grenade est le fruit du grenadier, originaire d'Asie. La grenade est cultivée depuis plusieurs siècles. Il existe 1200 variétés de grenades cultivées soit pour leurs fleurs, soit pour leurs fruits. Cependant, les variétés les plus populaires sont la Wonderful en Israël, la Mollar et la Tendrar en Espagne, et la Hicaz en Turquie.

DISPONIBILITÉ ET PROVENANCE



CLIENTÈLE CIBLE: JUIVE ET ARABE

TEMPÉRATURE OPTIMALE POUR LA CONSERVATION

7 - 10 °C

GUIDE D'ACHAT

Recherchez une grenade pesante pour sa taille. Son écorce devrait être lisse et brillante et les cicatrices sur l'écorce n'affectent pas la qualité.

CONSOMMATION

La grenade est plus souvent consommée crue. Il suffit de la couper et de détacher ses petits grains. Elle est délicieuse dans les desserts ou les salades, en coulis, en jus ou smoothies.

VALEUR NUTRITIVE

La grenade est composée de 70% d'eau. Elle est une bonne source de Vitamines B, C, d'antioxydants et de fibres pour aider la digestion.

