

MARACUYA



Le maracuya est un fruit tropical originaire d'Amérique du Sud. Il se distingue du fruit de la passion violet par sa peau jaune et son goût plus acidulé et intense. Sa coquille dure et parfois ridée renferme une pulpe juteuse, parfumée et rafraîchissante, remplie de petites graines noires croquantes.

DISPONIBILITÉ ET PROVENANCE

PROVENANCE

JANVIER

FÉVRIER

MARS

AVRIL

MAI

JUIN

JUILLET

AOÛT

SEPTEMBRE

OCTOBRE

NOVEMBRE

DÉCEMBRE

BRÉSIL

COLOMBIE

CLIENTÈLE CIBLE: HISPANIQUE, CARABÉEN & ASIATIQUE

TEMPÉRATURE OPTIMALE POUR LA CONSERVATION

7 et 10 °C

GUIDE D'ACHAT

Le maracuya mûr devrait être d'un jaune vif et une peau fripée. S'il est encore vert et que sa peau est lisse, c'est simplement parce qu'il n'a pas atteint sa maturité. Il est normal de voir quelques taches ou coupures.

CONSOMMATION

On peut consommer le maracuya cru ou cuit. Cru, on le coupe en deux à l'aide d'un couteau et on déguste sa chair et ses pépins avec une cuillère. Très aromatique, il est largement utilisé dans les jus, desserts et sauces.

VALEUR NUTRITIVE

Le maracuya est riche en vitamine C, vitamine A, fibres et antioxydants. Il contient environ 70 à 75 % d'eau et apporte également du potassium et du magnésium, contribuant à la digestion et au soutien du système immunitaire.

