



La lime ou citron vert est un fruit hybride provenant d'un croisement entre plusieurs espèces d'agrumes parmi les plus anciennes au monde : le cédrat, la mandarine et le pomelo. Plein de caractère, la lime est un fruit festif et convivial. Elle possède un arôme caractéristique qui dynamise vos plats et cocktails. En prime, ce fruit regorge d'atouts pour votre bien-être.

CHOISIR ET CONSERVER

TROUVER LE BON PRODUIT

Le citron vert doit être lourd et ferme ; son écorce fine, lisse et brillante.

... ET BIEN LE CONSERVER

La lime se garde sept à huit jours à l'air libre dans une corbeille, et une quinzaine de jours au frigo dans le bac à légumes où il ne risque pas de se déshydrater.

Mais une fois coupé ou cuit, il perd progressivement ses vitamines. Mieux vaut alors le consommer rapidement !

NUTRITION ET BIENFAITS

Son apport calorique pratiquement négligeable et sa concentration en vitamines et en minéraux en font un assaisonnement de premier choix. Utilisé régulièrement, même en faible quantité (de l'ordre d'une cuillerée à café par personne), le jus de lime frais contribue à couvrir nos besoins en micronutriments indispensables.

COMMENT ÇA POUSSE ?

Le fruit est récolté avant maturité, son écorce est fine et lisse, de couleur verte ; l'essence qu'elle contient est aromatique.

Le limettier est un arbuste de 5 à 10 m de haut, à feuilles persistantes.

Saisons de production

