

LES FRUITS
MANDARINE

La mandarine calédonienne est un petit agrume de la famille des Rutacées qui est très appréciée pour sa saveur douce et acidulée et sa facilité de pelage.



Choisir une mandarine

Pour dénicher une bonne mandarine :

Optez pour des fruits lourds : les mandarines les plus lourdes sont généralement plus juteuses.

Ne vous fiez pas à la coloration du fruit : la mandarine mûre peut conserver une couleur verte. Les mandarines vertes peuvent être tout aussi délicieuses et nutritives que les mandarines de couleur orange, la coloration n'affecte pas leur goût ou leur qualité nutritionnelle.

Conserver une mandarine

Les mandarines se conservent généralement bien pendant environ une semaine à dix jours dans le bac à légumes du réfrigérateur.

Les apports et les bienfaits de la mandarine

La mandarine possède de nombreuses qualités nutritionnelles : réputée pour être riche en vitamine C, elle est également riche en minéraux comme le magnésium et le potassium. Les mandarines sont une bonne source de fibres faible en calorie : une collation idéale en cas de petit creux !

Comment pousse la mandarine ?

La mandarine est le fruit d'un arbre appelé le mandarinier (Citrus reticulata). La p production de la mandarine est influencé par divers facteurs, tels que le climat, le sol, la variété de mandarinier, la disponibilité d'eau et les soins apportés à l'arbre.

Saisons de production

