



DESCRIPTION

Fruit rond ou ovale à la peau pourpre et lisse. Contient une chair jaune et juteuse et des graines noires comestibles. Saveur aigre douce.

NUTRIENTS/ BÉNÉFICES

Provitamine A, bêta-carotène, vitamine C, fibre, fer, potassium

PRÉPARATION/USAGES

- Couper le fruit en deux et évier la chair.
- Jus
- Garniture de tarte
- Cocktails
- Salades de fruits
- Glaçage à gâteau
- Vinaigrettes

QUAND MANGER

Le fruit est mûr lorsque la peau se ratatine.

MANUTENTION

Une fois mûr, garder au frigo pour quelques jours.