



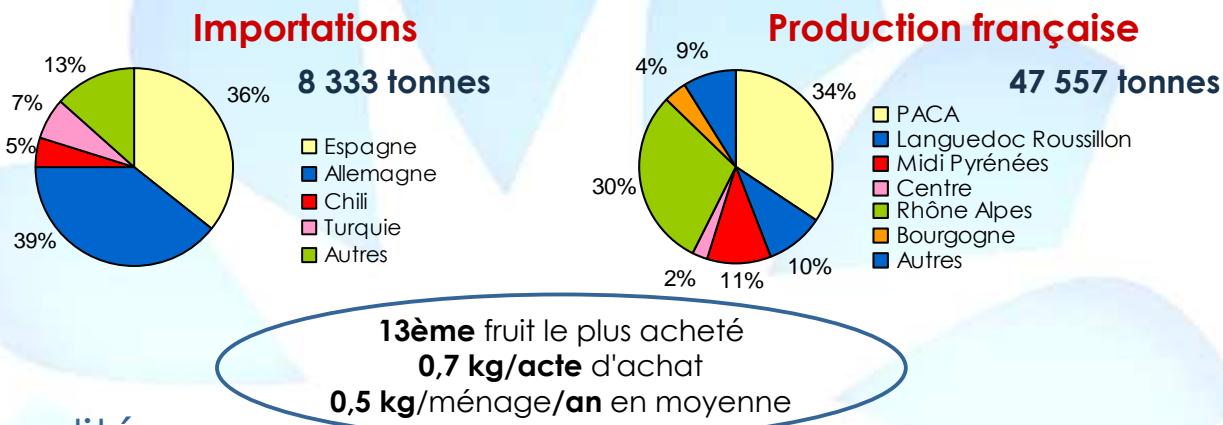
Historique

Si le cerisier, de par sa forme sauvage de merisier, est certainement très ancien (on a retrouvé en Suisse des traces datant d'il y a 5000 ans), on n'en connaît pas précisément l'origine. La culture du merisier s'est très vite développée, et, comme en atteste Pline, Grecs et Romains en étaient friands et sélectionnaient déjà les greffons.

En France, la cerise était au Moyen Age un fruit très populaire. Par la suite, c'est Louis XV, grand amateur du fruit, qui favorisa son développement. On distingue actuellement plus de deux cent variétés de cerises, qui se partagent entre les cerises douces, comprenant Bigarreau, Guigne et Cerise Sauvage (qui sert à la fabrication d'alcools), et les cerises acides, telles les Griottes et les Amarelles (dont la très célèbre cerise de Montmorency, adorée des Parisiens au XIXème siècle). Les cerises acides ne se dégustent qu'après cuisson et sont de fait surtout destinées à la transformation. Actuellement, on ne cultive plus qu'une douzaine de variétés en France.

Données économiques

Données CTIFL / Interfel / TNS / FAO 2006-2007



Saisonnalité

	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Languedoc												
Provence												
Rhône Alpes												
Midi pyrénées												
Espagne												
Belgique												
Allemagne												
Chili												
Turquie												

Un fruit d'été avec une période de production très courte. Le pic de commercialisation a lieu en **juin**.



Principales variétés, dans l'ordre de production : Burlat, Garnet, Stark Hardy Giant, Summit, Van, Sunburst, Belge, Duroni 3, Heldfingen, Sweetheart.

Infos Nutrition

(composition moyenne donnée à titre indicatif : les valeurs sont à considérer comme des ordres de grandeur, susceptibles de varier selon les variétés, la saison, le degré de maturité, les conditions de culture, etc.) – pour en savoir plus : aprifel.com

(ANC : Apports Nutritionnels Conseillés)

Propriétés diurétiques et reminéralisantes, grâce à sa richesse en eau, en Potassium et en sorbitol.

Source de glucides directement assimilables (glucose et fructose), rapidement utilisés par l'organisme.

Riche en vitamine C, provitamine A (14% des ANC) et vitamine B9.

Portion moyenne recommandée (en g)
Enfants 100
Ados 125
Adultes 125
Personnes agées 125

Conseils

Surtout consommée **nature**, peut être utilisée en **pâtisserie** (clafoutis, tarte) et en **cuisine**, pour l'accompagnement de volailles.



Acheter et consommer si possible **au jour le jour**, ou sur des périodes courtes.

