

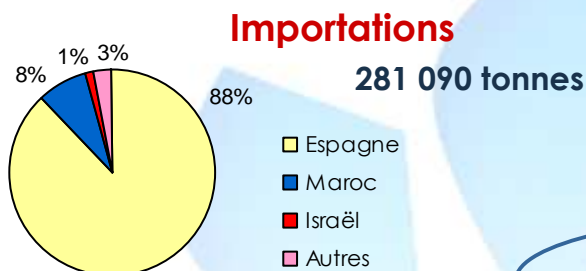


Historique

C'est par hasard que le Père Clément Rodier découvre la clémentine, en 1902 en Algérie, alors département français, en croisant un mandarinier et un oranger amer. Elle fait aujourd'hui l'objet de nombreuses améliorations pour obtenir un fruit juteux, très parfumé, facile à éplucher et sans pépins.

Données économiques

Données CTIFL / Interfel / TNS / FAO 2006-2007



Production française
17 289 tonnes

L'intégralité de la production française de Clémentine provient de Corse

7ème fruit le plus acheté
8,3 kg/ménage/an en moyenne

Saisonnalité

	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Espagne												
Maroc												
Corse												
Israël												

La clémentine est un **fruit d'hiver** avec une période de production étalée entre octobre et mars. Le pic de commercialisation a lieu en **décembre**.

Principales variétés : Espagnoles : Marisol, Clemenpons, Oronules, Nules, Fine, Hernandina, **Corse** : Clémentine Corse (souvent vendue avec feuilles), ou encore la Clemenvilla (hybride de clémentine et de tangerine).

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)

Riche en vitamine A et surtout C (37% des ANC pour 100g de fruit). Permet de couvrir efficacement les besoins de l'organisme, surtout en hiver.

Riche en minéraux (Calcium, Magnésium, Fer), diversifie et complète les autres sources alimentaires de calcium.

Faiblement énergétique (seulement 50 kcalories pour 2 clémentines).

Portion moyenne recommandée (en g)	
Enfants	100
Ados	140
Adultes	140
Personnes âgées	140

Conseils

Facile à éplucher, et **agréable** à déguster, nature, en dessert à la fin du repas, ou en collation, ou en salades de fruits, mousse, sorbet.

On peut aussi la presser pour **parfumer** l'atmosphère grâce aux essences et huiles essentielles présentes dans sa peau.



La clémentine doit être ferme, la peau non soufflée, brillante, avec le pédoncule vert. De légères plaques vertes sont tout à fait normales.