

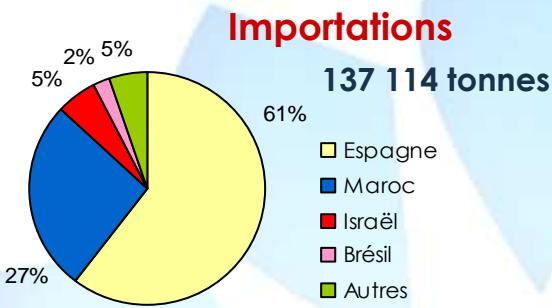


## Historique

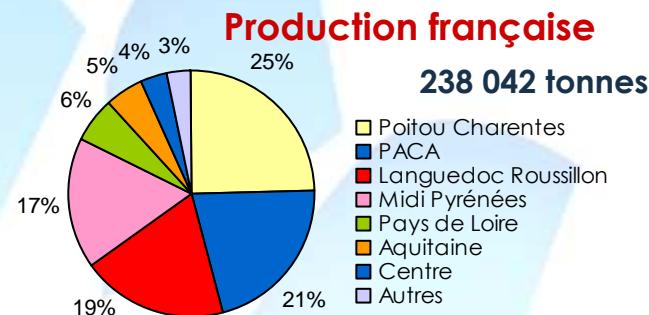
Vraisemblablement originaire d'Afrique tropicale, le melon fut introduit en Inde et s'est ensuite propagé dans les régions méditerranéennes. Anciennement petit et sans doute assez peu sucré, le melon se dégustait poivré et vinaigré. Au fil des siècles, il acquiert volume, parfum et saveur sucrée, et cesse d'être considéré comme un légume. A la Renaissance, des moines le cultivaient pour les papes, dans leur résidence d'été de Cantaluppo, près de Rome... d'où le nom de "Cantaloup" donné à ce type de melon que nous connaissons bien, rond à côtes rugueuses et à chair orange foncé. Le melon arrive en France lors des guerres d'Italie à la fin du XVe siècle. Sa culture se développe rapidement dans le Midi, et plus tard en Charente.

## Données économiques

Données CTIFL / Interfel / TNS / FAO 2006-2007



**RHD** | 19 300 tonnes achetées (8% de PDM)  
dont 59% Collective 41% Commerciale  
Prix moyen d'achat : 1,68€ HT/kg



**GMS** | 5ème légume le plus acheté  
7,3 unités/ménage/an  
1,6 unités en moyenne par achat

## Caractéristiques techniques

Calibres (Norme CEE ONU)		
Type	Calibre	Diamètre
Charentais, Ogen et Galia	> 250g	> 7,5cm
Autre type	> 300 g	> 8 cm

Calibres Melon Charentais				
Grammage	Nombre de fruits / colis			
	40x30 cm	50 x 30 cm	57 x 34 cm	60 x 40 cm*
> 1750 g	4	4L ou 5Q	5	7 à 8
1350 à 1750 g	4	5	6	9
1150 à 1350 g	4	5	8Q	11
950 à 1150 g	5	6	9	12
800 à 950 g	6	7	11	12
650 à 800 g	7	8	12Q ou 12L	15
550 à 650 g	8	9 à 10	14	15
450 à 550 g	9	12	15Q ou 15L	18
350 à 450 g	11 à 12	14 à 15	18	21

\* Accord interprofessionnel – Origine France

Q = Quinconce

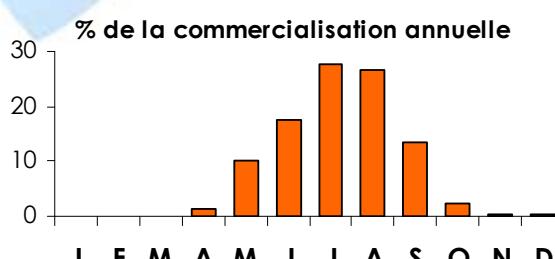
L = Ligne

Conditionnements possibles					
Origine	Dimensions colisage LxLxH (cm)	Type colisage	Poids net (kg)	Nbre de colis / palette 80x120	Nbre de colis / palette 100x120
France	40x30x14,5	7-8 unités, alvéolés	5	96	120
France	40x30x17	4-6 unités, alvéolés	5	80	100
France	50x30x12	9-10 unités, alvéolés	5	90	120
France	50x30x15	7-8 unités, alvéolés	8	72	96
France	50x30x16	5-6 unités, alvéolés	8	66	88
France	57x33,5x15,5	8-21 unités	12	55	66
France	57x34x15	9-16 unités, alvéolés	10	48	72
France	60x40x14,5	11-20 unités, alvéolés	10	48	60
	40x30x17	caisse pliante	5	80	100
	60x40x19	caisse pliante	10	36	45
	40x30x15,5	5-6 unités, caisse pliante		88	110
	60x40x15	12-15-18 unités, caisse pliante		48	60
	60x40x17	caisse pliante	12	40	50
	60x40x19,5	caisse pliante	12	36	45

Conservation			
conditions de conservation	sensibilité au froid	stockage	durée vie en rayon
Stocker dans un endroit frais, sec et aéré, en évitant la chambre froide. Craindre les chocs. En GMS : surveiller la maturité et ne pas stocker.	moyennement sensible	8-10°C	2 à 3 jours maximum

## Calendrier de commercialisation

	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Sud Est												
Sud Ouest												
Centre Ouest												
Martinique												
Guadeloupe												
Espagne												
Maroc												
Italie												
Israël												



Les melons français sont disponibles à partir **de juin** jusqu'**en septembre**. Mais dès le printemps on peut trouver des melons du Sud de l'Europe ou des Caraïbes.

# Différentes variétés



variété	caractéristiques variétales	origine	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	Indice Goût
Cantaloup lisse	Fruit rond. Ecorce lisse, vert clair, jaunissant légèrement à maturité, à tranches marquées. Chair orangée. Type dominant. Chair sucrée, juteuse, avec un parfum caractéristique. Fragile, évolution assez rapide après récolte.	Maroc													○ à ○○○
		Espagne													
		toutes régions de France													
Cantaloup brodé	Fruit rond. Ecorce épaisse brodée (recouverte de dessins liégeux), à tranches plus ou moins marquées. Chair orangée. Chair sucrée, riche en arômes (mais généralement moins que le lisse ou l'écrit). Bonne résistance au transport et aux manipulations.	Maroc													○ à ○○○
		toutes régions de France													
		Espagne													
Cantaloup écrit	Mêmes caractéristiques que le lisse, avec quelques marques liégeuses. Chair sucrée, juteuse, avec un parfum caractéristique. Fragile, évolution assez rapide après récolte.	toutes régions de France													○ à ○○○
Galia	Fruit rond. Ecorce légèrement brodée, verte avant maturité, jaune intense à maturité, non tranchée. Chair vert clair. Chair sucrée et assez parfumée. Bonne conservation.	toutes régions de France													○○
Jaune des canaries	Fruit gros, allongé. Ecorce lisse ou ridée, jaune vif, non tranchée. Chair blanc verdâtre. Chair très sucrée, juteuse. Bonne conservation.	Midi, Espagne													○○
Vert olive (ou Piel de sapo)	Fruit gros, allongé. Ecorce lisse ou plissée, mouchetée vert clair à vert sombre, non tranchée. Chair verte. Bonne conservation.	Midi, Espagne													○
Honey Dew	Ecorce lisse et ferme passé du vert pâle au jaune crème en mûrisant. Chair est entre vert pâle et jaune, très sucrée.														

## Appellations d'origines



Appellations	caractéristiques	région	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	Indice Goût
Melon du Haut Poitou	Premier melon certifié en France en 1996 et ayant obtenu l'IGP en 1998, au niveau européen. Variétés de type Cantaloup. Robe claire. Chair orange soutenu. Chair ferme, juteuse et très sucrée. Arômes bien développés (arômes de miel, de fruit jaune, de noisette fraîche, de notes végétales, d'épices...)	Poitou-Charentes													○○○
Melon du Quercy	Produit sous CCP obtenu en 1998, sous IGP depuis 2004. 380 producteurs sont adhérents au Syndicat Interprofessionnel du Melon du Quercy. Pousse sur des sols argilo-calcaires.	Midi-Pyrénées													○○○
Melon "Sourires de Vendée"	Produit sous CCP.	Vendée													○○○
Melon "Miel et soleil"	Bénéficie d'un Label Rouge.	Val de Loire													○○○

## 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](http://aprifel.com)

(ANC : Apports Nutritionnels Conseillés)

Composants majeurs (g pour 100g)	
Glucides	11
Protides	0,9
Lipides	0
Apports énergétiques	
Kjoules	200
Kcalories	48

Vitamines (mg pour 100g) (% des ANC)	
C	25 (23%)
A	2 (69%)
B1	0,04
B2	0,02
PP	0,5
B5	0,2
B6	0,09
B9	0,1 (30%)
E	0,1

Autres (mg pour 100g)	
Calcium	14
Potassium	300
Phosphore	17
Magnésium	14
Sodium	19
Fibres (g)	1
Eau (g)	88

Portion moyenne recommandée (en g)	
Enfants	100
Ados	150
Adultes	150
Personnes agées	150

Composé à 95% d'eau, le melon est **peu calorique** et s'accommode bien des régimes minceurs.

Sa teneur en sucre peut être basse (8%) comme assez élevée (jusqu'à 12 %) selon la variété et le degré de maturité.

Bon pourvoyeur en vitamine C (23% des ANC pour 100g), et surtout en **vitamine A** (69% des ANC pour 100g). Le melon à chair orange est particulièrement riche en carotène.

C'est aussi un fruit **diurétique** qui "élimine bien" car il est riche en Potassium et pauvre en Sodium.

La qualité de ses fibres lui confère des propriétés stimulantes pour le **transit intestinal**.

## Conseils d'utilisation

### Astuces d'utilisation

Révèle mieux ses arômes s'il est placé au **réfrigérateur** une heure avant d'être servi. Se consomme **cru**, à l'apéritif, en billes ou en brochettes, en **entrée**, par moitié, en tranches ou en rondelles, seul ou avec du **jambon cru**, en **accompagnement** de poissons, ou en **dessert**, seul ou en salade de fruits.

**Intérêts en RHD**  
**Petits calibres coupés en deux**  
 permettent de présenter facilement une entrée ou un dessert séduisants. En restauration commerciale, très largement privilégié en **entrée** et mis à profit durant **toute la saison**. En collectivité, surtout scolaire, période des **vacances** d'été limite son utilisation. Les jeunes convives l'apprécient plutôt en **dessert**, à l'inverse des adultes et des personnes âgées qui le préfèrent en **entrée**.