

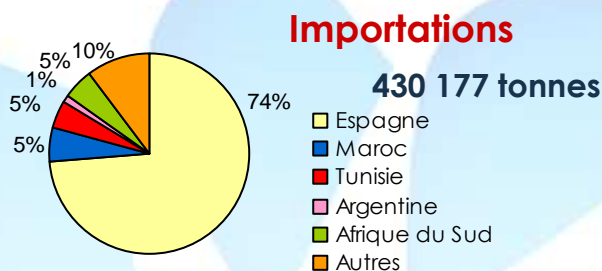


## Historique

Son nom latin la qualifie de "Citron chinois". Cultivée en Egypte, l'orange amère - il s'agit de la bigarade - fut ramenée en Afrique du Nord par les Arabes aux environs de l'an mil. Mais ce sont les Portugais, notamment Vasco de Gama, qui introduisirent l'orange douce que l'on consomme aujourd'hui en Europe au cours du XVIème siècle, à la suite de leurs voyages extrême-asiatiques. Elle séduisit les cours occidentales, et y fut tellement appréciée que des orangeraies furent plantées jusqu'à Versailles !

## Données économiques

Données CTIFL / Interfel / TNS / FAO 2006-2007



**RHD** | 24 100 tonnes achetées (2% de PDM)  
dont **61%** Collective **49%** Commerciale  
Prix moyen d'achat : **1,06€ HT/kg**

**GMS** | **2ème** fruit le plus acheté  
**10,4 kg/ménage/an**

## Caractéristiques techniques

Calibres		
Calibre	Grammage*	Nb unités/kg
13 53 à 60 mm		
12 56 à 63 mm		
11 58 à 66 mm		
10 60 à 68 mm	50 à 75 g	13 à 20
9 62 à 70 mm	75 à 100 g	10 à 13
8 64 à 73 mm	100 à 125 g	8 à 10
7 67 à 76 mm	125 à 150 g	7 à 8
6 70 à 80 mm	150 à 200 g	6 à 7
5 73 à 84 mm	200 g	5 à 6
4 77 à 88 mm	200 à 250 g	4 à 5
3 81 à 92 mm	250 à 350 g	3 à 4
2 84 à 96 mm	350 à 400 g	3
1 87 à 100 mm	400 à 450 g	2 à 3
0 92 à 110 mm	450 à 500 g	2

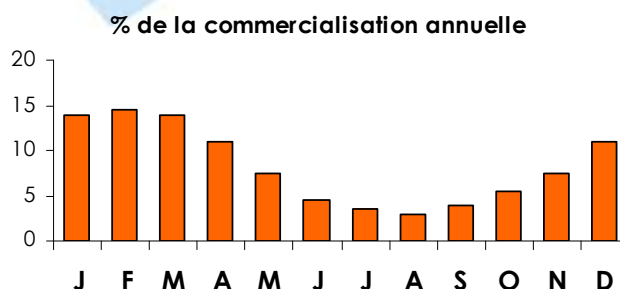
\* Données moyennées, varient sensiblement selon les variétés

Conditionnements possibles					
Origine	Dimensions colisage LxIxH (cm)	Type colisage	Poids net (kg)	Nbre de colis / palette 80x120	Nbre de colis / palette 100x120
Maroc	38,5x29,5x28,5	lité	10	48	60
Israël	39x29,5x27	lité	8	48	60
Espagne	43,5x29,5x25,5	3 rangs	10	49	63
Espagne	44x29x17,5	2 rangs	7	70	90
Espagne	44,5x29,5x19	vrac	10	63	81
Espagne	65x31x30	lité	18,5	24	30
	60x40x11,5	caisse pliante	8	60	75
	60x40x19	caisse pliante	15	36	45
	60x40x23,5	caisse pliante	20	28	35
	60x40x15	caisse pliante	15	48	60
	60x40x17	caisse pliante	15	40	50
	60x40x19,5	caisse pliante	18	36	45
	60x40x19,5	8x2 kg, caisse pliante	16	36	45

Conservation					
conditions de conservation	sensibilité au froid	température de stockage	denrée périssable	durée de vie en rayon	autres
Fruit non climactérique, peut être conservé à température ambiante	moyennement sensible	8-10°C	peu périssable	3 à 5 jours	Moins fragile que les autres fruits

## Calendrier de commercialisation

	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Espagne												
Maroc												
Afrique du Sud												
Tunisie												
Israël												
Italie												
Brésil/Argentine												
Chypre												



Commercialisation plus importante en **hiver**, mais disponible toute l'année grâce à une production étalée dans le temps.



## Différentes variétés

variété	caractéristiques variétales	utilisation	origine	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	Indice Goût
Naveline Newhall	Orange blonde. Fruit rond à ovale. Peau fine à rugueuse. Omblilic peu marqué. Quasi absence de pépins. Eviter la chambre froide.	de bouche	Espagne													000
Washington Bahia	Orange blonde. Gros fruit. Peau rugueuse. Omblilic très marqué. Quasi absence de pépins. Eviter la chambre froide.	de bouche	Afrique du Sud													00
Navelate	Orange blonde. Fruit moyen à gros. Peau rugueuse. Omblilic en pointe. Variété tardive. Chair sucrée et juteuse. Quasi absence de pépins. Eviter la chambre froide.	de bouche	Espagne													000
Salustiana	Orange blonde. Fruit rond aplati. Peau légèrement rugueuse. Chair tendre et douce, sans pépins. Supporte bien la chambre froide.	à jus	Argentine													000
Valencia late	Orange blonde. Fruit rond. Peau fine, épiderme pouvant avoir des reflets verts en fin de saison. Variété tardive, la plus cultivée au monde.	à jus	Espagne, Maroc													000
Lane late	Orange blonde. Ronde à ovale. Peau fine à rugueuse. Eviter la chambre froide.	à jus	Israël, Espagne, Maroc													000
Maltaise	Orange sanguine. Fruit petit à moyen, ovale à rond. Peau lisse avec parfois de légers reflets rouges. Eviter la chambre froide.	à jus	Afrique du Sud, Argentine													000
Washington sanguine	Orange sanguine. Peau un peu granuleuse. Chair claire, adhérente à la peau. Eviter la chambre froide.	à jus	Espagne													000
Sanguinelli	Orange sanguine. Fruit petit, souvent asymétrique. Peau lisse et brillante. Chair juteuse et sucrée. Eviter la chambre froide.	à jus	Maroc													00
Moro	Orange sanguine. Peau fine. Très peu de pépins. Eviter la chambre froide.	à jus	Espagne, Maroc													
Taroco	Orange sanguine. Couleur moins uniforme que Moro et Sanguinelli. Eviter la chambre froide.	à jus	Italie, Afrique du Nord													

### Appellations d'origines

**AOP** : Grèce: Portokalia Maleme Hanion Kritis  
**IGP** : Espagne: Citricos Valencianos  
Sicile: Arancia Rossa di Sicilia



## 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	9
Protides	1
Lipides	0,2
Apports énergétiques	
Kjoules	188
Kcalories	45

Vitamines (mg pour 100g) (% des ANC)	
C	50 (48%)
A	0,1
B1	0,1 (8%)
B2	0,03
PP	0,2
B5	0,25
B6	0,06
B9	0,03 (10%)
E	0,24

Autres (mg pour 100g) (% des ANC)	
Calcium	40 (5%)
Potassium	180 (7%)
Phosphore	16
Magnésium	10
Fibres (g)	1,8
Eau (g)	86

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

**R**iche en **vitamine C** (80 mg pour l'adulte), dont l'apport est particulièrement précieux l'hiver, la pleine saison de l'orange, puisqu'elle permet d'accroître la résistance de l'organisme face aux agressions microbiennes et virales.

**S**timulante pour l'organisme, grâce son action vitaminique, mais aussi grâce à ses acides organiques naturels qui excitent les sécrétions digestives, et facilitent une **bonne assimilation** des aliments. Possède une action rééquilibrante : malgré sa saveur acidulée, action alcalinisante, qui compense les déchets acidifiants en excès.

## Conseils d'utilisation

### Intérêts en RHD

Un des produits de base en restauration, présente **toute l'année**, à un **prix abordable** et de **conservation facile**. Proposée surtout en dessert (portion-fruit) et en jus. Appréciée de tous, les freins à sa consommation sont l'**épluchage difficile** pour les enfants et les personnes âgées ainsi que les risques de salissure.

### Astuces d'utilisation

Consommée crue, seule, en salade de fruits, en jus, en mousse, en confiture...  
Peu également accompagner des préparations **salées** (viandes blanches).