

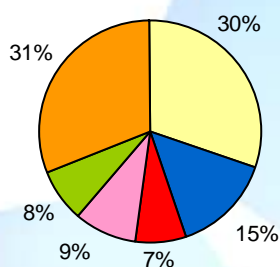


## Historique

La banane est originaire du Sud-Est Asiatique, où le bananier était vénéré (la banane y remplace la pomme en tant que fruit défendu) et utilisé pour de multiples tâches. La plus ancienne trace fossile de banane date de l'ère tertiaire, en Indonésie. La banane ne mesurait alors qu'environ 7cm, et était remplie de graines. C'est l'homme qui a peu à peu façonné la banane pour lui donner sa forme actuelle. Si Alexandre le Grand l'a dénigrée, des Islamiques puis des marchands arabes l'ont propagée jusqu'en Afrique. Le fruit s'est répandu en Europe au XIXe siècle, ramené par navires des Antilles. Joséphine Baker a elle aussi œuvré pour la popularisation de ce qui constitue aux Antilles un symbole sexuel...

## Données économiques

Données CTIFL / Interfel / TNS / FAO 2006-2007



### Importations

**494 011 tonnes**



### Production française

Martinique **300 000 tonnes**  
Guadeloupe **55 300 tonnes**

**RHD**

**17 400 tonnes** achetées (12% de PDM)  
dont **78%** Collective **12%** Commerciale  
Prix moyen d'achat : **1,14€ HT/kg**

**GMS**

**3ème** fruit le plus acheté  
**10,3 kg/ménage/an** en moyenne

## Caractéristiques techniques

Calibres (Cavendish)
Catégories
cat II grade > 27 mm Lg > 14 cm
cat I grade > 27 mm Lg > 14 cm
cat extra grade > 27 mm Lg > 14 cm

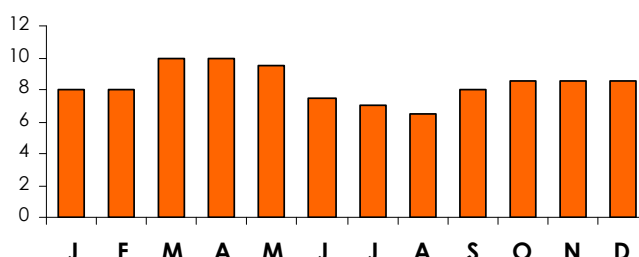
Conditionnements possibles			
Dimensions colisage Lxlxh (cm)	Type colisage	Poids net (kg)	Nbre de colis / palette 80x120
53x39x24,5	carton télescopique	18,2	48
60x40x20	open top	16,5/17,2	50

Conservation					
conditions de conservation	sensibilité au froid	température de stockage	denrée périssable	durée de vie en rayon	autres
Fruit climatérique. Ne pas placer au réfrigérateur après achat.	très sensible	11-14°C	périssable	fonction de la coloration et de la température	Ne pas stocker avec pommes et avocats

## Calendrier de commercialisation

	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Côte d'Ivoire												
Cameroun												
Costa Rica												
Colombie												
Surinam												
Martinique												
Guadeloupe												

% de la commercialisation annuelle



**U**ne disponibilité régulière tout au long de l'année.



## Différentes variétés

Utilisation	Type	Origine
<b>Dessert</b>	<b>Cavendish</b>	La plus consommée : Giant ou Dwarf
	<b>Figue</b>	Petits Fruits : Pomme ou Sucrée (Freyssinette)
	<b>Rose</b>	Plus parfumée et plus sucrée que la jaune
<b>A Cuire</b>	<b>Plantain</b>	Consommée verte ou jaune

### Appellations d'origines

#### Régions ultra-périphériques RUP (délivré par la CEE) :

- Guadeloupe et Martinique
- Canaries



## 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	20,5 (5%)
Protides	1,2
Lipides	0,3
Apports énergétiques	
Kjoules	376
Kcalories	90

Vitamines (mg pour 100g) (% des ANC)	
C	12 (11%)
A	0,15
B1	0,04
B2	0,07
PP	0,61
B5	0,28 (6%)
B6	0,5 (28%)
B9	0,023 (8%)
E	0,29

Autres (mg pour 100g) (% des ANC)	
Calcium	8
Potassium	385 (12%)
Phosphore	22
Magnésium	30 (7%)
Fibres (g)	2

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

**Aliment énergétique** grâce à sa richesse en glucides (amidon, fructose et glucose).

**P**articipe au maintien des défenses immunitaires, grâce à ses apports en **vitamines C et B**, en minéraux et en oligo-éléments variés (zinc, cuivre, manganèse, sélénium...).

## Conseils d'utilisation

### Astuces d'utilisation

Consommée **crue en dessert**.

Lorsqu'elle est trop mûre ou noircie, elle peut être utilisée pour la préparation de **desserts cuits**.

Plus elle est **mûre**, plus l'amidon qu'elle contient a été transformé en sucre et plus elle est **digeste et parfumée**.

### Intérêts en RHD

**Facile** à mettre en œuvre, bon marché et largement appréciée. Adaptée au **snacking**.