

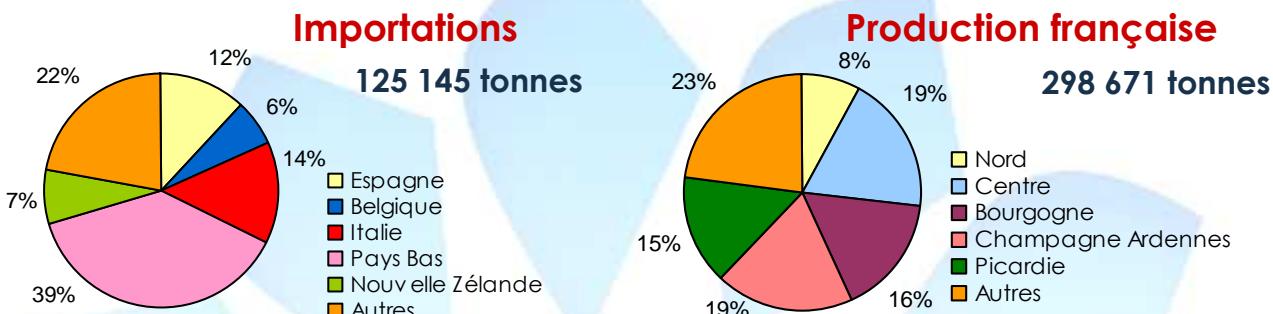


Historique

On le pense originaire d'Asie Centrale mais on en connaît plus de représentants à l'état sauvage qu'à l'état cultivé. Il apparaît dans toutes les civilisations (les Égyptiens par exemple en donnaient à leur morts pour leur voyage dans l'autre monde). Il était chez nous, au Moyen-Age, l'un des légumes les plus appréciés et les plus consommés. Il reste une des denrées de base de la cuisine traditionnelle française.

Données économiques

Données CTIFL / Interfel / TNS / FAO 2006-2007



RHD 28 900 tonnes achetées (6% de PDM)
dont 17% Collective 83% Commerciale
Prix moyen d'achat : 0,58€ HT/kg

GMS 4ème légume le plus acheté
3,9 kg/ménage/an en moyenne
Quantité moyenne par achat : 930g

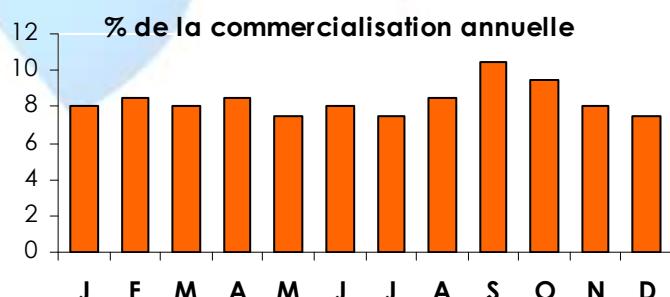
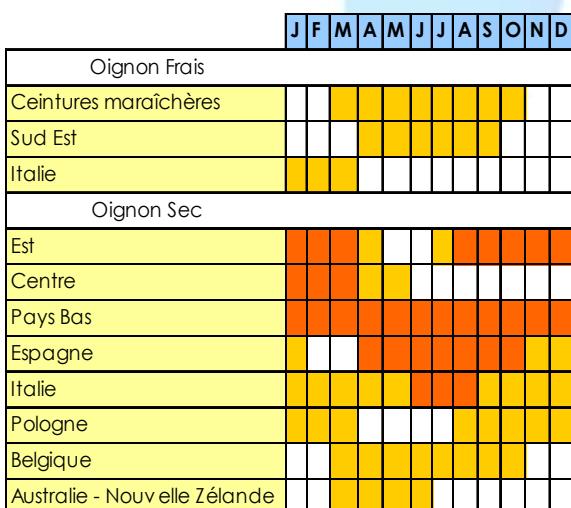
Caractéristiques techniques

Calibres (Norme CEE ONU)	
Diamètre	
sec	10 à 20 mm
	15 à 25 mm
	20 à 40 mm
	40 à 70 mm
	+ de 70 mm

Conservation			
conditions de conservation	stockage	denrée périssable	durée de vie en rayon
A conserver dans un abri bien ventilé, à température constante.	température ambiante	peu périssable	Longue, sauf au printemps où la germination est rapide

Conditionnements possibles					
Origine	Dimensions colisage LxLxH (cm)	Type colisage	Poids net (kg)	Nbre de colis / palette 80x120	Nbre de colis / palette 100x120
France	98x30x15	vrac, sac	25	28	35
France	55x30x15	10x1 kg	10	60	84
	60x40x15	10x1 kg, caisse pliante	10	48	60
	60x40x15	5x2 kg, caisse pliante	10	48	60
	60x40x19,5	18x500 g, caisse pliante	9	36	45
	60x40x24,5	20x1 kg, caisse pliante	20	28	35
	40x30x17	vrac, caisse pliante	6	80	100
	60x40x19,5	vrac, caisse pliante	12	36	45
	60x40x17	12 bouteilles, caisse pliante		40	50

Calendrier de commercialisation



Oignon sec disponible **toute l'année** et largement importé, contrairement à l'oignon frais produit en **printemps – été**.



Différentes variétés

variété	caractéristiques variétales	origine	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	Indice Goût	Indice prix
Oignon frais	Blanc. Vendu en bottes. Chair douce.	France													○	+
		Italie														
Oignon sec (ou "paille")	Rond, allongé ou aplati, jaune, blanc ou rouge selon les variétés. Chair douce à corsée.	France													○○	-
		Australie, Nouvelle-Zélande														
		Italie														
		Espagne														
		Pays-Bas														
		Pologne														
		Belgique														
Oignon doux des Cévennes	Oignon sec. Aspect satiné. Les meilleurs lots sont sélectionnés et vendus sous la marque "Doux Saint-André". Texture très tendre, goût délicat.	Gard													○○○	+++
Oignon rosé de Roscoff	Oignon rustique de couleur rose ou cuivrée. Bulbe arrondi ou ovale, de grosseur variable, formé de tuniques concentriques, recouvertes d'une tunique membraneuse très fine, rouge ou blanche, très parfumée. Cultivé sur 60 hectares par une cinquantaine de producteurs répartis sur 26 communes. Consommé cru, il est croquant et juteux. Cuit, il est fondant, doux et conserve son goût fruité.	Nord Finistère													○○○	+++

Appellations d'origines

AOC : oignon doux des Cévennes

AOC : oignon rosé de Roscoff

IGP : Espagne : Calçot de Valls (pousses d'oignon blanc)



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)

Composants majeurs (g pour 100g)	
Glucides	7,1
Protides	1,3
Lipides	0,2
Apports énergétiques	
Kjoules	142
Kcalories	34

Vitamines (mg pour 100g) (% des ANC)	
C	7 (6%)
A	0,01
B1	0,06
B2	0,02
PP	0,3
B5	0,11
B6	0,14 (8%)
B9	0,02 (7%)
E	0,14

Autres (mg pour 100g)	
Calcium	25
Potassium	170
Phosphore	33
Magnésium	10
Sélenium	0,01
Sodium	6
Fibres (g)	2,1
Eau (g)	89

**Portion moyenne
10 g (cru)**

Fournit des quantités appréciables de vitamine C, de «facteur vitaminique P», de nombreux minéraux et oligo-éléments (notamment du sélénium, aux propriétés **immunitaires** et **anti-oxydantes** reconnues).

Possède une action **diurétique**, grâce à la présence de fructosane, et à un rapport Potassium/Sodium élevé.

L'oignon frais inhibe l'agrégation plaquettaire (en agissant sur différents systèmes enzymatiques), ce qui protège des risques d'obstruction des vaisseaux et de thrombose.

Possède une action **hypoglycémiant**e, grâce à la présence de certains constituants soufrés (disulfure d'allyle et de propyle) et une amine spécifique (la diphénylamine).

Conseils d'utilisation

Astuces d'utilisation

Utilisé en **condiment** ou consommé en tant que **légume**. Utilisé **cru**, en décoration, en rondelles, haché, ou **cuit**, dans des sauces, en lamelles pour accompagner des pièces de viande sautée ou braisée, en accompagnement aromatique de légumes, en tarte.

Intérêts en RHD

Fortement concurrencé par les produits lyophilisés ou surgelés, il est cependant **assez utilisé** en restauration, où il entre dans la composition de nombreux plats. Il est moins utilisé en restauration scolaire, où il est **moins accepté**. Les **gross calibres** sont les plus recherchés en restauration.