



Historique

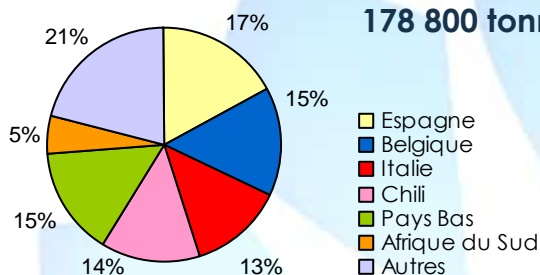
Dès le Néolithique, l'Homme introduit les variétés comestibles de pommes dans son alimentation. Trois siècles avant notre ère, les variétés de pommes sont au nombre de 6, et font déjà l'objet de plusieurs descriptions. Les Romains portent quant à eux ce nombre à une bonne trentaine, et vers la fin du XIV^{ème} siècle, lorsque la pomologie est devenue une véritable science, on en compte un centaine, rien que pour les variétés françaises ! Mais c'est au XIX^{ème} siècle que l'essor de la pomme est le plus spectaculaire, grâce à une large multiplication fournissant des cultivars mieux adaptés à leur diffusion. Un répertoire des variétés alors existantes évalue leur nombre à 527. Depuis, les nombreux croisements et hybridations réalisés ont porté le nombre de variétés de pommiers à 6000 dans le monde...

Données économiques

Données CTIFL / Interfel / TNS / FAO 2006-2007

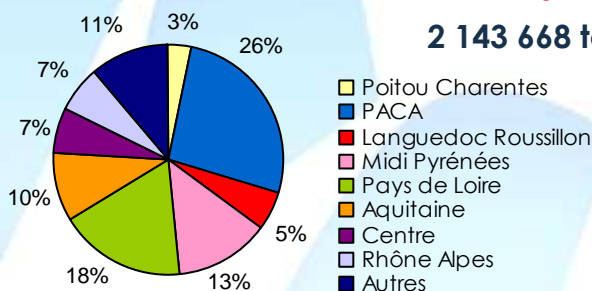
Importations

178 800 tonnes



Production française

2 143 668 tonnes



RHD Plus de **38 000** tonnes achetées (20% de PDM) dont **57%** Collective **43%** Commerciale
Prix moyen d'achat : **1,06€ HT/kg**

GMS Fruit le plus acheté **16,5 kg/ménage/an** en moyenne
Quantité moyenne par achat : **1,6 kg**

Caractéristiques techniques

Calibres		
Calibre	Grammage**	Nb unités/kg
55 à 60 mm*	92 g	10 à 11
60 à 65 mm*	108 g	9
65 à 70 mm	125 g	8
70 à 75 mm	155 g	7
75 à 80 mm	190 g	6
80 à 85 mm	230 g	5
85 à 90 mm	270 g	4
90 à 95 mm	310 g	3

* Variétés à petits fruits uniquement

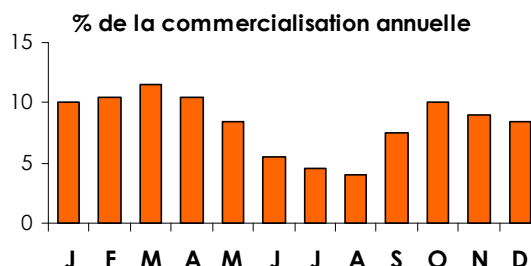
** Données moyennes, varient sensiblement selon les variétés

Conservation				
sensibilité au froid	température de stockage	denrée périssable	durée de vie en rayon	autres
résistant	4-7°C	peu périssable	2 à 5 jours selon la variété et l'état de maturité	Incompatibilité de stockage avec : agrumes, avocat, carotte, céleri, kiwi, navet, poireau
conditions de conservation				
Fruit climactérique, peut être conservé à température ambiante mais en conservation courte				

Conditionnements possibles					
Origine	Dimensions colisage LxIxH (cm)	Type colisage	Poids net (kg)	Nbre de colis / palette 80x120	Nbre de colis / palette 100x120
France	52x31x30,5	Bushel	18,5	30	40
N.Zélande	50x33x27,5	Bushel	18,5	36	42
Afrique du Sud	40x30x27,5	Bushel	12,5	48	60
Afrique du Sud	60x40x15	Bushel	12,5	48	60
France	40x30x10,5	plateau	4,5	136	170
Afrique du Sud	50x30x10,5	plateau	5	102	136
N.Zélande	60x40x10,5	plateau	7	68	85
	60x40x11,5	plateau, caisse pliante	7	60	75
	60x40x15	plateau, caisse pliante	12	48	60
	60x40x15	10x1 kg, plateau, caisse pliante	10	48	60
	60x40x18	plateau, caisse pliante	13	40	50
	60x40x19/19,5	plateau, caisse pliante	13	36	45
	60x40x23	plateau, caisse pliante	18	28	35

Calendrier de commercialisation

	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Sud Est												
Sud Ouest												
Val de Loire												
Belgique												
Italie												
Chili												
Pays Bas												
Espagne												
Afrique du Sud												
Nouv elle Zélande												



Un fruit disponible toute l'année grâce à la diversité des variétés, des sources d'approvisionnement et au stockage.



Différentes variétés

variété	caractéristiques variétales	Utilisation	origine	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	Indice Goût	Indice Prix
Golden Delicious	Epiderme jaune à maturité. Chair jaune. Chair ferme, juteuse, parfumée. A privilégier pour les préparations crues.	Tarte, Four	France													000	-
Tentation®	Epiderme jaune-doré, avec quelques plaques orangées. Forme tronconique. Chair croquante, juteuse et parfumée.	Tarte, Four	France													000	
Early Red One®	Epiderme rouge foncé, strié, peu côtlé.		France													00	
Red Chief®	Epiderme rouge foncé, strié, peu côtlé.	A croquer	France													00	
Granny Smith	Epiderme vert très cireux. Chair fine, ferme, croquante, très juteuse, acidulée, peu sucrée.	A croquer	France													000	-
Gala	Epiderme rouge strié/lavé sur les 3/4. Forme tronconique. Chair ferme, très croquante, juteuse, sucrée, douce.	Tarte, Four	France													000	-
Delbard Gala®	Epiderme vert-jaune avec une face plus ou moins striée très rouge. Chair croquante et juteuse.		France													000	
Elstar	Epiderme jaune or strié de rouge. Forme spérique. Chair fine, croquante, juteuse, acidulée.	Tarte, Four	France													000	-
Braeburn	Epiderme strié de rouge sur fond vert. Chair ferme, acidulée, très croquante, juteuse, sucrée.	Tarte, Four	France													000	-
Honeycrunch®	Epiderme bicolore, strié/lavé sur 1/3 à 3/4 de sa surface. Forme ronde aplatie. Chair parfumée, d'excellente qualité gustative.	A croquer	France													000	++
Jonagold	Epiderme vert-jaune lavé de rouge orangé. Chair croquante, légèrement acidulée, juteuse, sucrée. A privilégier pour les préparations cuites.	Tarte, Four	France, Belgique, Pays Bas													000	
Jonagored	Epiderme plus rouge-orangé que Jonagold. Chair juteuse, légèrement acidulée, croquante. A privilégier pour les préparations cuites.		France, Belgique, Pays Bas													000	
Pink Lady®	Epiderme bicolore rose-rouge sur 1/3 à 3/4 de sa surface. Forme cylindrique. Chair parfumée.	A croquer, Four	France													000	++
Boskoop rouge	Epiderme rouge sur fond vert-jaune, épais, rugueux. Chair légèrement acidulée.	Tarte	France, Belgique, Pays Bas													00	
Fuji	Epiderme rouge pâle lavé à strié sur fond vert-jaune. Chair ferme, juteuse, croquante, douce et très sucrée.	A croquer	France													00	+
Idared	Epiderme rouge-orangé strié sur fond jaune. Chair fine, juteuse, sucrée.	A croquer	France													00	
Chantecler ou Belchard®	Forme légèrement aplatie et une robe très caractéristique, jaune d'or, un peu rugueuse parsemée de lenticelles qui lui donnent un aspect rustique	Tarte, Four	France													000	
Reinette grise du Canada	Epiderme rugueux, gris. Chair juteuse, acidulée, sucrée. A privilégier pour les préparations crues.	Four	France													000	+
Reine des Reinettes	Epiderme jaune or strié de rouge-orangé. Chair croquante, légèrement acidulée, moins juteuse que le Reinette du Canada, sucrée. Parfum agréable. A privilégier pour les préparations cuites.	Tarte, Four	France													000	

Appellations d'origines

IGP: France: Pomme et Poire de Savoie
Grèce: Milo Kastorias
Espagne: Manzana de Girona
Portugal: Maça da Beira Alta, da Cova, da Beira, de Alcobaça et de Portalegre

AOP : Espagne: Manzana Reineta del Bierzo
Italie: Mela Val di Non
Portugal: Maça Bravo de Esmolfe
France: Pomme du Limousin
Grèce: Mila Delicious Pilafa Tripolos



LABEL ROUGE: Pommes des Alpes de Haute-Durance

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	12,6
Protides	0,3
Lipides	0,3
Apports énergétiques	
Kjoulés	226
Kcalories	54

Vitamines (mg pour 100g) (% des ANC)	
C	5
A	0,07
B1	0,03
B2	0,02
PP	0,3
B5	0,1
B6	0,05
B9	0,012
E	0,5

Autres (mg pour 100g) (% des ANC)	
Calcium	4
Potassium	145
Phosphore	9
Magnésium	4
Fibres (g)	2,1 (10%)
Eau (g)	84

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

Fruit "coupe-faim" par excellence, elle rassasie sans apporter trop de calories.

Action **diurétique** liée à sa richesse en eau et en Potassium, à sa faible teneur en Sodium, et à la présence de sorbitol.

Gâce à sa richesse en **fibres** (composées pour une grande part de matières pectiques solubles : pectines, protopectines, acide pectique..., de cellulose et d'hémicelluloses, et de lignines), elle a un effet **régulateur sur le transit**.

Sa consommation régulière (2 à 3 par jour) peut aider à normaliser un taux de cholestérol excessif, et à diminuer un taux de sucre sanguin trop élevé.

Conseils d'utilisation

Astuces d'utilisation

Utilisée en **entrée**, comme ingrédient complémentaire de salades, en légume, cuite en **accompagnement** (sauté de porc, canard, boudin...), en **dessert**, crue, en salade de fruits, ou cuite, en pâtisseries, compote, au four... Elle se consomme également **entre les repas**.

Intérêts en RHD

Incontournable en RHD. Présente **toute l'année**, elle est facilement **transportable** et c'est le fruit le **moins cher** de la restauration.