

Pomelo / Pamplemousse. FICHE TECHNIQUE



Critères de choix

Ferme et lourd, peau lisse et brillante. Les nuances de colorations sur l'épiderme ne sont pas des indices de maturité.

Murissage Maturité

Le pomelo ne mûrit plus après sa récolte.

Choix variétal

STAR RUBY Chair rouge. Origine : Espagne.

Calendrier de commercialisation

Toute l'année.

Goût

Arômes	goût sucré,
Texture	Ferme et juteux,

Conservation

Conditions et durée	A température ambiante se garde 6 à 8 jours, au réfrigérateur : plus d'1 semaine.
Congélation	Eplucher et découper en quartiers, les placer à plat dans une boîte ou un sac hermétique.

Préparation avant consommation

Lavage	Non
Epluchage / parage	Oui
Découpe	En quartiers, en suprêmes. Pour peler un pomelo, couper les 2 extrémités puis peler à vif à l'aide d'un couteau. Pour un demi-pomelo : couper le fruit en 2 par le milieu (section équatorial) ; avec un couteau pointu, détacher la chair des membranes blanches en partant du centre vers la périphérie ; ensuite passer la lame entre la peau et la chair en suivant le pourtour, les quartiers se détachent alors facilement.

Consommation / utilisation

Cru	En jus, en salade de fruit, en tarte, en confiture, en entrée (demi-pomelo), en accompagnement (avec des crustacés ou de la viande blanche), en salade avec de l'avocat, des crevettes et un peu de coriandre.
Cuit	Pomelo rôti (avec thym, miel et huile d'olive).

Cuisson

Mode de cuisson	Au four, au confiturer.
Durée cuisson	8 min sur le grill pour le pomelo rôti, 20 à 40 min pour préparer une confiture.

Nutrition et Bienfait

Avec 39 calories (kcal) pour 100g, le pomelo est riche en vitamine C.

Conditionnement

	Cols carton de 8 kg
--	---------------------

Calibre

CODE CALIBRE	DIAMETRE EN MM	NOMBRE DE FRUITS AU KILO
0	>139	1 à 2
1	109-139	2 à 3
2	100-119	2 à 3
3	93-110	2 à 3
4	88-102	2 à 3
5	84-97	3 à 4
6	81-93	3 à 4
7	77-89	3 à 4
8	73-85	3 à 4
9	70-80	4 à 5

Pour en savoir plus

- [© CTIFL - Mentions légales](#) - [Contacts](#)