



Deze vruchten bevatten weinig of geen pitten, zijn sappig en zoet van smaak.

# Clementine



Zoals een jonagold een soort appel is, zo is de clementine een soort mandarijn.

Categorie	Voedingswaarde	Culinaire toepassingen	Beschikbaarheid	Bewaren
Citrusvrucht	Clementines bevatten vitamine C en relatief weinig calorieën. Omdat ze weinig calorieën bevatten, mag je twee tot drie clementines als één portie fruit tellen.	Meestal worden deze vruchten gewoon puur gegeten als tussendoortje, maar je kan ze ook verwerken, bijvoorbeeld in mandarijncompote, smoothie of cake. Je kan ze ook bij je ontbijt verorberen samen met bijvoorbeeld wat muesli en yoghurt.	Mandarijnen komen van november tot en met februari vanuit Zuid-Europa (Italië, Spanje).	Op 12°C (vb. in een schuur of kelder) bewaren clementines het langst (5-10 dagen).