



Ces fruits contiennent peu ou pas de pépins, sont juteux et ont un goût sucré.

Clémentine



Tout comme la jonagold est un type de pomme, la clémentine est un type de mandarine.

Catégorie	Valeur nutritive	Utilisations culinaires	Disponible	Conservation
Agrume	Les clémentines contiennent de la vitamine C et relativement peu de calories. Comme elles sont pauvres en calories, vous pouvez compter deux à trois clémentines comme une portion de fruits.	Habituellement, ces fruits sont consommés purs en guise d'en-cas, mais vous pouvez également les transformer, par exemple en compote de mandarines, en smoothie ou en gâteau. Vous pouvez également les dévorer au petit-déjeuner avec du muesli et du yaourt, par exemple.	Les mandarines arrivent du sud de l'Europe (Italie, Espagne) de novembre à février.	À 12°C (par exemple dans une grange ou une cave), les clémentines se conservent le plus longtemps (5-10 jours).