

Cactus Figs

ELIXIR
Colombia

Tastefully Healthy



Box 3 Kg.

Pallet X 160 Boxes

20 Master Boxes: 8 boxes of each

Harvest Availability



18 a 25 °C Harvest



High Offer



Medium offer



Low offer



Jan



Feb



Mar



Apr



May



Jun



Jul



Agu



Sep



Oct



Nov



Dic

Regions of origin: Antioquia, Boyacá.

Description

Le fruit du figuier de barbarie peut avoir différentes formes, en fonction de sa variété, mais aussi de sa période de formation : les premiers fruits de la saison seront souvent arrondis, tandis que les derniers auront une forme plus allongée.

De même, leur couleur varie du rouge à l'orange, en passant par le violet ou le blanc. Dans tous les cas, une fois mure, la figue de barbarie aura la peau souple et sera hérissée de petits aiguillons, des *glochides*.

Consommation.

Si la peau de la figue de barbarie n'est pas difficile à séparer de la chair, c'est surtout les glochides qui l'oblige à être manipulée avec prudence. Dans les pays producteurs d'Amérique latine, il est de coutume que le fruit soit pelé par le vendeur au moment de l'achat, mais ce n'est pas le cas en Europe où il est vendu avec la peau dans un souci de conservation.

Ainsi, pour retirer la peau du fruit : piquer la figue avec une fourchette, prendre un couteau dans l'autre main pour la fendre dans le sens de la longueur. Retirer la peau du fruit grâce au couteau ou utiliser une cuillère à soupe pour prélever le fruit.

La figue de barbarie se consomme en :

- Salade de fruit ;
- Smoothies ;
- Jus ;
- Confiture ;
- Accompagnement de plats en viande.

Précisons que les graines sont très dures et épaisses, c'est pourquoi il est conseillé de les retirer avant consommation pour éviter tout risque d'occlusion intestinale.

Enfin, l'huile de pépins de figue de barbarie est considérée comme l'une des huiles les plus chères au monde, c'est l'une des plus riches en vitamine E, ce qui fait d'elle un puissant anti-oxydant et anti-radicalaire notamment

Nutriments. (pour 100 g)

Energy [kcal] 272,30
Protein [g] 3.61
Carbohydrates [g] 55.10
Fibres [g] 12.90
Total gras [g] 1.30
Cholesterol [mg] 0.00
eau[g] 24.70

Bienfaits.

En plus des formes "classiques" citées ci-dessus, la figue de barbarie se décline en gélule, en extraits ou en poudre, puisque c'est un fruit reconnu pour posséder des propriétés médicinales.

Le fruit possède des propriétés *anti-inflammatoires*, *antispasmodiques* (contractions musculaires involontaires), *diurétiques* (améliore le fonctionnement de l'appareil urinaire), *anti-oxydantes* (ralentit le vieillissement des cellules) et *anti-radicales* (il limite l'action de "l'environnement" tel que la pollution sur la peau)