

COROSSOL - GUANABANA



Tastefully Healthy



**Boxes 2.3 Kg. - 4 Kg.
Pallet 90 boxes**

Harvest Availability

 18 a 28 °C Harvest

-  High Offer
-  Medium offer
-  Low offer



Regions of origin: Antioquia, Caldas, Cordoba, Huila, Santander, Risaralda, Tolima, Valle.



Polystyrene boxes
1 Unit X Box



Très riche en éléments nutritifs, le corossol possède, comme le gombo, de nombreuses propriétés médicinales. Étant donné sa forte teneur en glucides, il n'est pas étonnant que le corossol soit d'abord considéré comme une source calorique par les populations autochtones, source d'autant plus importante que son poids peut avoisiner les 4 à 5 kg.

Si le fruit est essentiellement composé d'eau, il renferme également de précieux composants qui lui confèrent ses nombreuses vertus. Riche en vitamine C, le corossol contient également des minéraux, des fibres, des protéines, du fer et autres lipides. Bref, c'est avant tout un aliment qui est souvent consommé sous la forme de jus extrait à partir de sa chair blanche, nature ou cuit. Il doit néanmoins être débarrassé de ses grains noirs réputés pour être indigestes.

Goût

Le corossol ressemble dans sa forme au durian : lourd, plutôt ovale, avec des picots sur l'extérieur. Sa chair blanche a un goût à la fois sucré mais aussi acidulé. Il évoquerait pour certains celui des chewing-gum Malabar et même du bonbon Arlequin. D'autres estiment que son goût se rapproche de celui du litchi ou de la mangue pour son aspect fruité et sa chair onctueuse et dense.

Bienfaits pour la santé

Devant la richesse des éléments qui le composent, il est facile d'imaginer que le corossol affiche à son compteur d'innombrables vertus thérapeutiques et médicinales. Et c'est le cas puisque le fruit, également appelé *Annona muricata* ou *graviola*, est à la fois un puissant diurétique, un excellent hypotenseur ou encore un formidable régulateur des fonctions de l'organisme. En effet, il est utilisé pour purifier le foie ou encore pour maintenir l'équilibre du taux de sucre dans le sang.

D'autre part, le corossol peut également s'inscrire dans le cadre d'un traitement contre les troubles du sommeil, la dépression ou encore le stress. Ses propriétés antimicrobiennes en font un rempart efficace contre les attaques bactériennes, fongiques ou parasitaires. Sur le plan digestif, il facilite le transit et constitue un antispasmodique particulièrement efficace.

Propriétés anticancer

Il n'a pas fallu très longtemps pour que la communauté scientifique s'intéresse aux innombrables vertus du corossol sur la santé humaine. Intéressés par ce fruit multifonctions, des chercheurs auraient réussi à mettre en lumière ses effets sur certaines pathologies cancéreuses telles que le cancer du sein, des ovaires, du pancréas, du foie, des poumons ou des intestins.

Ainsi, les feuilles de corossol auraient révélé un pouvoir anticancéreux notable en luttant contre la prolifération des cellules cancéreuses. Cependant, ces résultats font l'objet d'une vive polémique et certains scientifiques remettent en question ces vertus anticancer, dénonçant une supercherie commerciale.

Comment le consommer ?

C'est bien simple : toutes les parties du corossolier s'utilisent. Feuilles, racines, fruits... Le choix dépendra de l'application souhaitée. Mais l'arbre préférant largement les régions tropicales pour s'épanouir, il est difficile de le trouver en Europe. Si l'importation du fruit est toujours possible, elle se fait généralement au détriment des propriétés intrinsèques du corossol qui perd de sa valeur au cours du voyage.

Il est donc plus facile de bénéficier de ses vertus en privilégiant les compléments alimentaires sous forme de gélules ou d'extraits normalisés. À titre d'exemples, une infusion de feuilles fraîches ou séchées permet de traiter les états grippaux ou les infections des voies respiratoires, tandis que la pulpe du fruit, elle, sera plus indiquée pour favoriser l'élimination naturelle des toxines corporelles.

Posologie et Effets indésirables

Si le corossol ne présente que très peu d'effets indésirables, il n'en est pas pour autant dénué, surtout lorsqu'il est consommé à trop forte dose. Si la posologie n'est pas respectée, il est, en effet, susceptible d'entraîner une modification de la flore intestinale ou d'occasionner des désordres digestifs de type diarrhée ou constipation. À titre de précaution, il est recommandé aux femmes enceintes ou allaitantes de ne pas utiliser de corossol, tout comme les personnes souffrant de troubles de la circulation sanguine.

Température de conservation

8 – 12 °C.