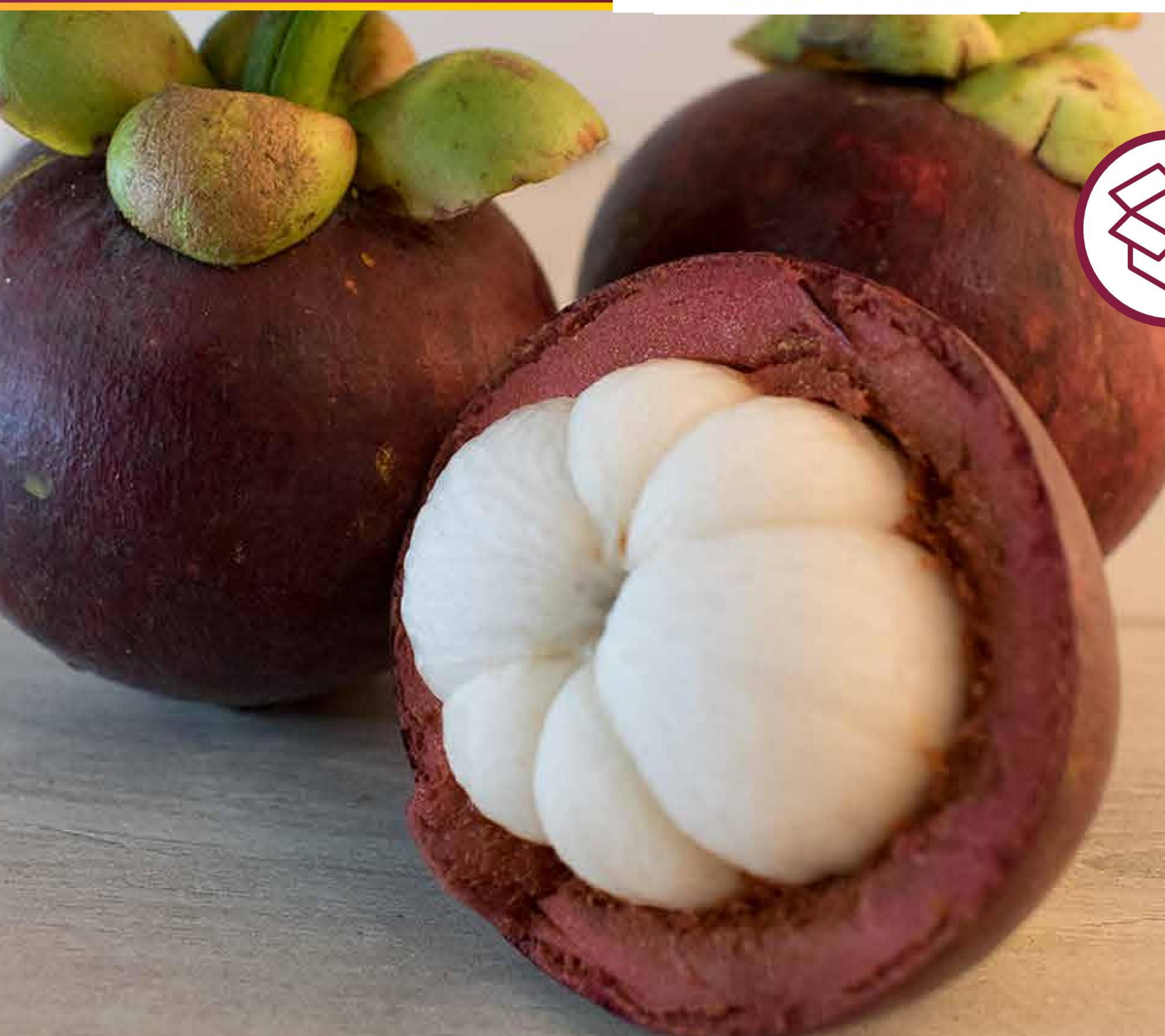


Mangosteen

ELIXIR
Colombia



Box 1.5 Kg.
Pallet X 180 Boxes
250 gr X 6 Bio Tray
Vinipelada Tray

Box 2 Kg.
Pallet X 180 Boxes
500gr X 4 Clamshell

Box 2 Kg.
Pallet X 180 Boxes
1 Kilo X 2 Clamshell

Box 2.5 Kg.
1.Pallet X 160 Boxes
20 Master Boxes:
8 boxes of each
2.Pallet X 180 Boxes
20 Master Boxes:
8 boxes of each
20 Boxes above
Fruit socket

Box 3 Kg.
Fruit Mesh 500 gr X 6

Box 6 Kg.
Pallet X 100 Boxes
Bulk fruit
Protective Bubble

Box 10 Kg.
Pallet X 50 Boxes
Rams Boxes
LifePack Bag
Second-rate fruit

Box 15 Kg.
Pallet x 40 Boxes
Bulk fruit
Protective Bubble

Harvest Availability

25 a 35 °C Harvest

- High Offer
- Medium offer
- Low offer



Regions of origin: Tolima, Meta, Quindio, Valle del Cauca.

Description.

Le mangoustan, également connu sous le nom de mangosteen, est un fruit tropical originaire d'Asie du Sud-Est, mais cultivé dans de nombreuses régions du monde, notamment en Thaïlande, en Malaisie et en Indonésie. Il pousse sur un arbre à feuilles persistantes qui peut atteindre jusqu'à 25 mètres de hauteur.

Le mangoustan est petit et rond, avec une peau épaisse et violette foncée. À l'intérieur, il renferme une pulpe blanche et juteuse, douce et acidulée, qui entoure de nombreux segments comestibles. La pulpe est souvent décrite comme ayant une saveur délicate, sucrée et légèrement acidulée, qui rappelle le melon et la pêche.

Le mangoustan est souvent consommé frais, mais il est également utilisé dans les desserts, les jus de fruits et les smoothies pour ajouter une saveur exotique et douce. Il est également riche en nutriments tels que les vitamines C et B6, les antioxydants et les fibres.

Comment le cuisiner.

Le mangoustan est un fruit exotique qui peut être consommé frais ou utilisé dans des recettes de cuisine. Voici quelques idées pour cuisiner le mangoustan :

1. Manger le mangoustan frais : pour cela, il suffit de couper le fruit en deux et de retirer la pulpe blanche et juteuse à l'intérieur. Vous pouvez manger la pulpe directement ou la mélanger avec d'autres fruits pour une salade de fruits tropicaux.
2. Préparer une sauce pour accompagner les plats de poisson ou de viande : pour cela, il faut mélanger la pulpe de mangoustan avec des ingrédients tels que du gingembre, de l'ail, du vinaigre de riz, du sucre et du sel. Mixer le tout pour obtenir une sauce lisse et servir en accompagnement de plats.
3. Ajouter le mangoustan à une salade : coupez le fruit en petits morceaux et ajoutez-le à une salade verte pour apporter une saveur sucrée et acidulée.
4. Utiliser le mangoustan dans des smoothies ou des jus : la pulpe de mangoustan se marie très bien avec d'autres fruits tels que la banane, la papaye ou l'ananas. Vous pouvez mixer la pulpe avec ces autres fruits pour obtenir un smoothie exotique et rafraîchissant.
5. Préparer des desserts : le mangoustan peut être utilisé dans des desserts tels que des sorbets, des glaces ou des tartes. Utilisez la pulpe pour préparer une garniture ou un coulis sucré pour vos desserts.

Il est important de noter que la peau du mangoustan est toxique et ne doit pas être consommée. Seule la pulpe blanche à l'intérieur est comestible.

Valeurs nutritives.

Le mangoustan est un fruit exotique qui contient une variété de nutriments bénéfiques pour la santé. Voici les valeurs nutritives du mangoustan pour une portion de 100 grammes de pulpe :

- Calories : 63 kcal
- Glucides : 16 g
- Fibres : 3 g
- Protéines : 1 g
- Lipides : 0,5 g
- Vitamine C : 14 % de l'apport quotidien recommandé
- Vitamine B1 (thiamine) : 4 % de l'apport quotidien recommandé
- Vitamine B2 (riboflavine) : 3 % de l'apport quotidien recommandé
- Vitamine B6 : 6 % de l'apport quotidien recommandé
- Calcium : 1 % de l'apport quotidien recommandé
- Fer : 1 % de l'apport quotidien recommandé
- Magnésium : 3 % de l'apport quotidien recommandé
- Potassium : 5 % de l'apport quotidien recommandé

Le mangoustan est également riche en antioxydants, qui peuvent aider à protéger les cellules contre les dommages causés par les radicaux libres et réduire le risque de maladies chroniques telles que les maladies cardiaques, le cancer et les maladies neurodégénératives. Cependant, il convient de noter que les recherches sur les bienfaits pour la santé du mangoustan sont encore limitées et qu'il est important de maintenir une alimentation équilibrée et variée pour une bonne santé.

Goût

Le mangoustan a un goût unique et délicat, souvent décrit comme étant à la fois sucré et acidulé. La pulpe du fruit est très juteuse et tendre, avec une texture légèrement fibreuse. Le goût du mangoustan est difficile à décrire avec précision, mais certains le comparent à une combinaison de saveurs allant du raisin à la fraise, en passant par l'ananas et la pêche. Le fruit a une saveur rafraîchissante et légèrement sucrée, avec une note subtilement acidulée. Globalement, le mangoustan est considéré comme un fruit exotique délicieux et très apprécié pour sa saveur unique.

Bienfaits.

Le mangoustan est un fruit exotique qui est souvent considéré comme étant bénéfique pour la santé. Voici certains des bienfaits potentiellement associés au mangoustan :

- Riche en antioxydants : le mangoustan contient une variété d'antioxydants, qui peuvent aider à protéger les cellules contre les dommages causés par les radicaux libres. Les antioxydants présents dans le mangoustan peuvent aider à réduire le risque de maladies chroniques telles que les maladies cardiaques, le cancer et les maladies neurodégénératives.
- Anti-inflammatoire : certaines études ont montré que les composés bioactifs présents dans le mangoustan peuvent avoir des propriétés anti-inflammatoires, qui peuvent aider à réduire l'inflammation dans le corps. Cela peut être bénéfique pour les personnes atteintes de maladies inflammatoires chroniques telles que l'arthrite.
- Renforcement du système immunitaire : le mangoustan est riche en vitamine C, qui est un nutriment important pour la santé du système immunitaire. La vitamine C peut aider à stimuler la production de globules blancs, qui sont essentiels pour combattre les infections et les maladies.
- Digestion saine : le mangoustan est une bonne source de fibres, qui peuvent aider à favoriser une digestion saine et régulière. Les fibres alimentaires aident à réguler le transit intestinal et à prévenir la constipation.
- Santé cardiovasculaire : certaines études ont montré que les composés présents dans le mangoustan peuvent avoir des effets bénéfiques sur la santé cardiovasculaire. Les antioxydants présents dans le mangoustan peuvent aider à réduire le risque de maladies cardiaques en réduisant l'inflammation et en améliorant la fonction endothéliale, qui est importante pour la santé des vaisseaux sanguins.

Température de conservation – Consignes.

Le mangoustan est un fruit tropical qui doit être conservé à température ambiante, dans un endroit frais et sec. Il est important de ne pas exposer le fruit à des températures extrêmes, car cela peut accélérer sa maturation et altérer sa qualité.

Idéalement, le mangoustan devrait être consommé dès qu'il est mûr pour profiter pleinement de sa saveur et de sa texture. Si vous devez le conserver, vous pouvez le placer dans un endroit frais et sec à température ambiante pendant 2 à 3 jours.

Si vous voulez conserver le mangoustan plus longtemps, vous pouvez le mettre au réfrigérateur. Cependant, il est important de ne pas le mettre dans le compartiment à température très basse (en dessous de 5°C) car cela peut provoquer des dommages à la pulpe et altérer sa qualité. Dans le compartiment à légumes du réfrigérateur, le mangoustan peut être conservé pendant environ 3 à 5 jours.

Il est important de noter que le mangoustan est un fruit très fragile et doit être manipulé avec soin pour éviter d'endommager sa peau délicate et sa pulpe tendre.