

Octobre 2023

La Goyave



Généralités :

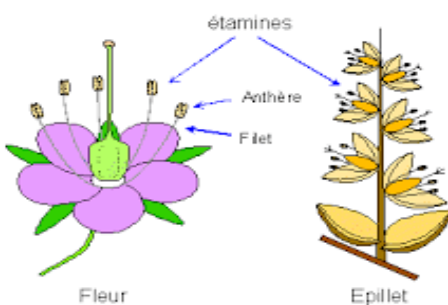
La goyave est le fruit du goyavier qui est un arbre originaire d'Amérique du Sud. C'est un fruit à grande valeur nutritionnelle, très riche en vitamine C. Elle est consommée comme fruit frais, mais elle peut également être consommée cuite.



Le goyavier

Le goyavier est un petit arbre avec beaucoup de feuilles, qui peut atteindre environ 8 mètres. Ces fleurs blanches contiennent plusieurs étamines*1 qui laisseront place aux futurs fruits.

*1 Etamine :



Caractéristiques

La goyave est un fruit exotique au goût mélangé de parfums divers rapprochant un peu de la fraise et de la pêche.

Avec une peau assez fine, jaune ou verte parfois tachetée de points noirs qui pour certaines variétés, veut dire que le fruit est r

Commercialisations :

La goyave est un fruit difficilement trouvable en France à l'état frais. Provenant le plus souvent de Chine, de l'Inde, de la Thaïlande et principalement des pays d'Amérique du sud. Il peut aussi être produit sur certaines îles Françaises comme la Martinique.

Étant un fruit fragile très difficile à conserver à cause de sa peau cela rend son transport compliqué.



Son prix : aux alentours de 9€ le kilo

RECOMMANDATIONS :

Pour bien choisir la goyave, la peau du fruit doit être lisse et piquée de points noirs. Le fruit doit être tendre au toucher sans pour autant être moue.

Existe-t-il différents types de goyave ?

Il existe bien différents types de goyave. Il en existe plus d'une centaine. Certaines sont consommables comme le psidium, la

Utilisations culinaires :

La goyave est un fruit souvent utilisé dans des smoothies, sorbets, cocktails, des salades de fruits et autres plats salés surtout des salades. La pirafira est une variété qui a la forme d'une poire avec une chair jaune pâle ou blanche qui est parfaite pour des préparations chaudes telle que la confiture, des bonbons ou des pâtes de fruit.

La pomifera a une forme de pommes avec une chair rose qui est adaptée aux salades ou à manger seule.

Rôtie au four la goyave accompagne principalement les poissons et les volailles.

Suggestions d'utilisations :

- En gelée
- En smoothies
- Verrines fraises goyaves
- Charlotte aux goyaves
- Flan à la goyave
- Gâteau roulé betterave goyave

Du côté des épices, la cardamome et la vanille sont réputées pour mettre en valeur les saveurs de la goyave.



ers se

tit
mur.

rais.

roduit

fine

uettee
ant

ts, des

ne
es pour
u des

t plus

s, les

ave.

