



< retour

Epicerie

Citron(s) confit(s)



Aimez-vous cet ingrédient ?

IMPRIMER [1]

TÉLÉCHARGER [2]

À PROPOS DE

CARACTÉRISTIQUES

Saisonnalité :



Type : Méditerranéens (Citrons, Orange...)

Poids moyen : 50g

Les fruits confits sont caloriques car ils sont riches en sucre.

VARIÉTÉS

Selon les variétés, la taille du citron varie, ainsi que son acidité. Son écorce jaune est plus ou moins épaisse et rugueuse. La chair juteuse peut contenir des pépins ou en être exempte.

COMMENT CHOISIR ?

Les citrons confits se vendent tels quels ou après avoir été glacés de sucre.

QUE FAIRE AVEC ?

Les fruits confits sont utilisés à des fins décoratives, en pâtisserie ou comme friandises. Ils sont indispensables dans les puddings anglais et dans les gâteaux aux fruits. En Italie, ils sont souvent intégrés à la crème glacée.

COMMENT CONSERVER ?

Se congèle : oui

Les citrons confits au sel se conserveront dans un bocal fermé deux mois au réfrigérateur.

Les citrons confits au sucre se conserveront dans une boîte en plastique hermétique au sec dans la cuisine.

VALEURS NUTRITIVES (pour 100g*)

Comme tous les agrumes, le citron est reconnu pour sa teneur élevée en vitamine C. Il contient également du potassium et de l'acide folique.

Le citron est très acide, contenant de 6 à 10% d'acide citrique, ce qui le rend trop piquant pour être bu non dilué. Son essence contient environ 95% de terpènes (térébenthène) qui lui confèrent des vertus expectorantes.

calories

316
kcal

protéines

0,40
g

glucide

80,60
g

lipide

0,30
g

fibres

2,60
g

* Source de données :
AFSSA

cuiivre

0,02
mg

HISTOIRE

La confection de fruits confits remonte à des temps reculés: des documents révèlent qu'ils étaient consommés en Égypte il y a environ 4000 ans. L'art de confire des fruits se développa réellement en Europe au XVe siècle, lorsque le sucre blanc devint une denrée plus facilement accessible. À la fin du XIVe siècle, les fruits confits d'Apt étaient déjà réputés, et ils le sont encore aujourd'hui.

Carpaccio de rôti de porc aux pétales d'oignon rouge, citron confit et coriandre [3]

[En savoir plus \[3\]](#)

Chocolats fourrés à la pâte d'amandes et au citron [4]

[En savoir plus \[4\]](#)

Concombres farcis à la grecque, sardines et condiment au citron confit et oignon rouge [5]

[En savoir plus \[5\]](#)

Sole meunière au citron confit et salade d'herbes [6]

[En savoir plus \[6\]](#)

Liens

[1] <https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/15392>

[2] <https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/15392>

[3] <https://www.qooq.com/recipes/carpaccio-de-roti-de-porc-aux-petales-doignon-rouge-citron-confit-et-coriandre>

[4] <https://www.qooq.com/recipes/chocolats-fourres-la-pate-damandes-et-au-citron>

[5] <https://www.qooq.com/recipes/concombres-farcis-la-grecque-sardines-et-condiment-au-citron-confit-et-oignon-rouge>

[6] <https://www.qooq.com/recipes/sole-meuniere-au-citron-confit-et-salade-dherbes>