



[< retour](#)

Epicerie

Ananas déshydraté



Aimez-vous cet ingrédient ?

[IMPRIMER](#) [1]

[TÉLÉCHARGER](#) [2]

À PROPOS DE

CARACTÉRISTIQUES

Saisonnalité :

jan fév mar avr mai jui jui aoû sep oct nov déc

Type : Exotiques (Goyave, Papaye...)

QUE FAIRE AVEC ?

Le consommer tel quel en collation, en dés dans des salades ou des plats cuisinés, mixé avec d'autres fruits.

COMMENT CONSERVER ?

Se congèle : oui

L'ananas déshydraté se conserve plusieurs mois dans un environnement sec.

VALEURS NUTRITIVES (pour 100g*)

L'ananas déshydraté est trois à cinq fois plus concentré en éléments nutritifs que l'ananas frais. Il est notamment riche en glucides utiles lors d'un effort sportif, et en fibres. Il est particulièrement riche en manganèse comparé aux autres fruits.

calories



protéines



glucide



lipide



* Source de données : AFSSA

Il n'y a actuellement aucun contenu classé avec ce terme.

Liens

[1] <https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/16538>

[2] <https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/16538>