



ANANAS VICTORIA

On me consume comme les autres ananas, mais mon goût est plus sucré et mon cœur se mange.



GOYAVE

Souple au toucher, on me consume nature, après m'avoir épluchée, ou bien en salade de fruit.



PAPAYE

Crue, coupée en deux, débarrassée de ses graines noires et arrosée d'un filet de citron vert ou de porto, je révèle tous mes arômes.



AVOCAT TROPICAL

J'ai un goût plus sucré que les autres avocats, mais je me prête aux mêmes utilisations: salades, crevettes, etc.



GRENADE

Me couper en deux et extraire les grains de leur enveloppe que l'on met en coupe avec du sucre et du citron.



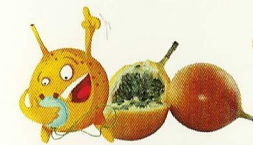
PATATE DOUCE

On me consume comme la pomme de terre (chair sucrée): chair blanche avec un goût de châtaigne et chair orange avec un goût de carotte



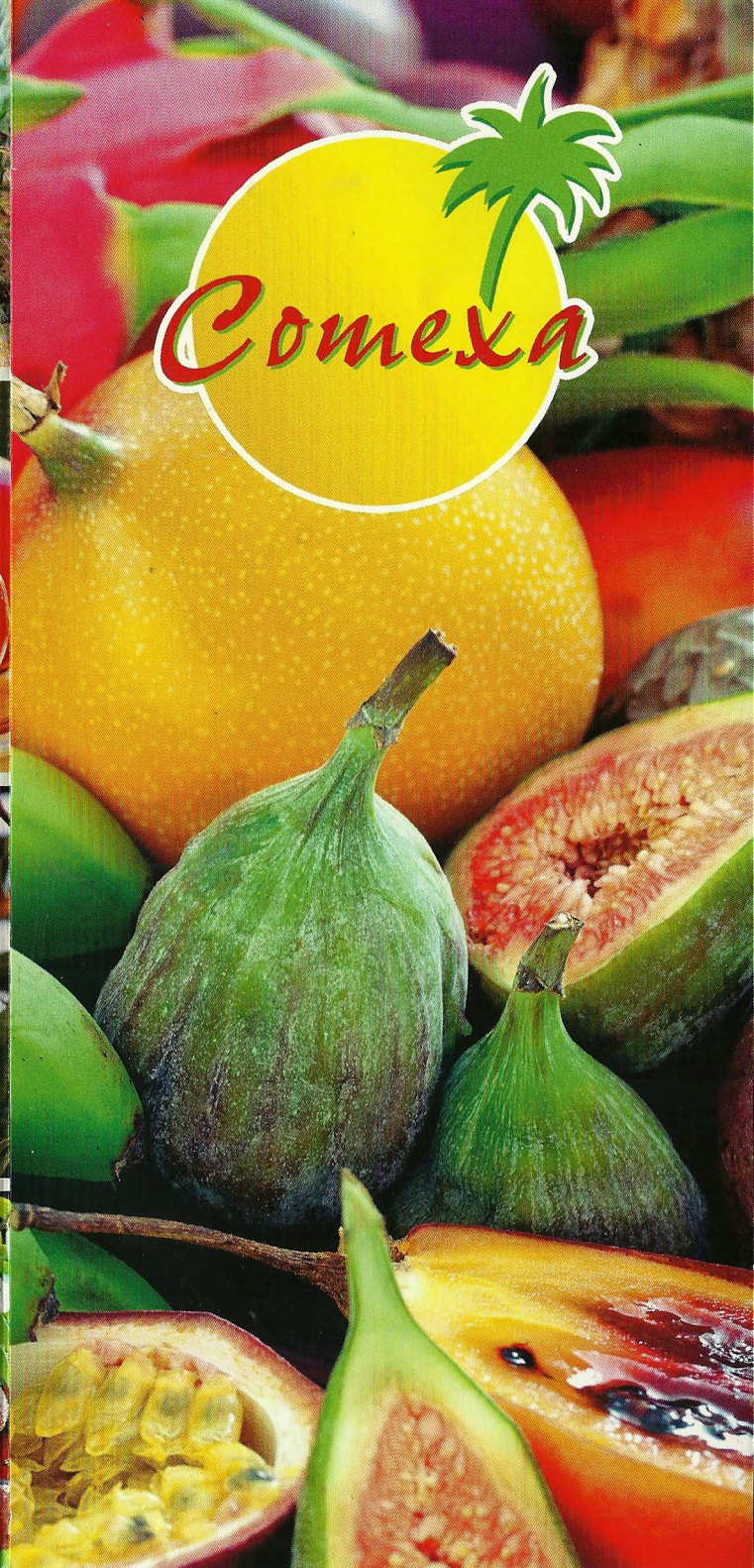
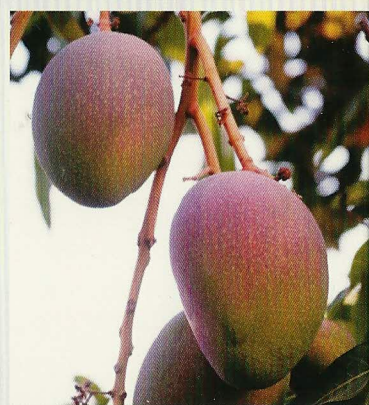
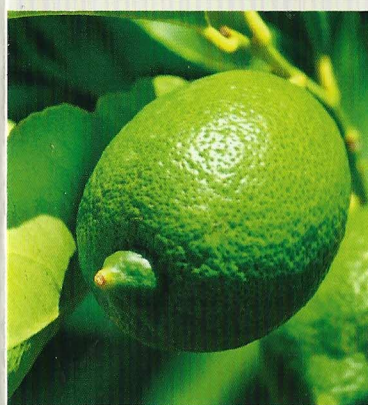
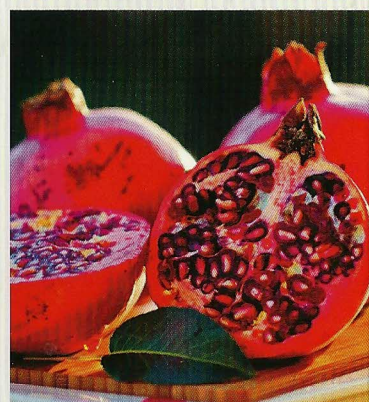
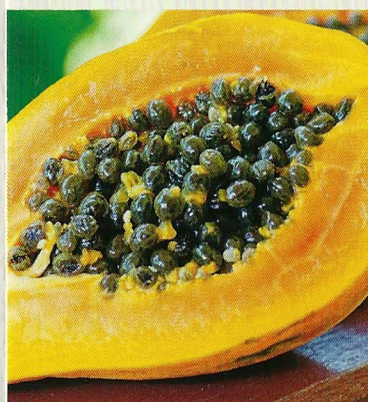
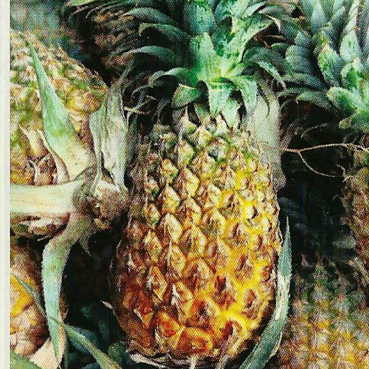
PHYSALIS

Nature ou bien avec du chocolat fondu ou du sucre caramélisé; j'accompagne très bien le café à la fin des repas



GRENADILLE

Fruit méconnu mais à la saveur excellente, au parfum doux et à la pulpe gélatineuse. Un vrai régal, recommandé aux enfants.



Comexa



ANONE

Très mûre, on me consomme crue, ma pulpe est molle, très juteuse, douce, parfumée et sucrée.



CARAMBOLE

Fruit très rafraîchissant. Décoratif en fines lamelles étoilées. A consommer après avoir pelé les arêtes.



IGNAME

Une fois épluché, on me consomme comme une pomme de terre.



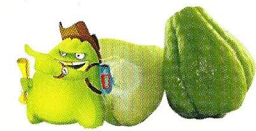
PIMENT ANTILLAIS

Je sers à relever les plats, en m'introduisant dans les sauces en fin de cuisson.



KIWANO

Me couper en deux et me consommer nature avec du sucre ou avec du fromage blanc (en dessert) ou du sel (en légume)



CHAYOTTE

Éplucher et enlever le cœur au préalable. Crue en salade. Cuite pour des gratins.



PIMENT OISEAU

J'accompagne les plats mijotés de viandes ou de poissons.



CHOUX CHINOIS

Cru: en salade
Cuit: à l'étuvée ou braisé comme les autres choux



KUMQUAT

On me consomme cru, avec ou sans la peau, je complète agréablement les salades de fruits. Préparé, je deviens sirop ou confiture. Je peux également être confit



PITAYA

Rafraîchissant, on me consomme nature à la cuillère.



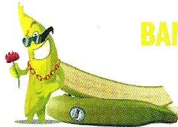
NOIX DE COCO

Nature; percez mes yeux pour récupérer mon lait, et cassez ma coque pour déguster ma pulpe



LIME

Très parfumé, ma teneur en jus est supérieure à celle du citron jaune. Comme le jus est concentré en périphérie de ma peau, il est conseillé de me couper dans le sens de la longueur (entre le pédoncule et l'extérieur du fruit)



BANANE PLANTAIN

Très mûre, on me fait frire comme des frites. Verte : on me fait bouillir comme une pomme de terre.



FRECINETTE

Quand ma peau est bien jaune, on me mange comme un autre banane, mais mon goût est beaucoup plus sucré et mon odeur plus parfumée.



MANGUE

On me consomme crue, en dessert ou cuite en accompagnement de plats ou en tarte



RAMBOUTAN

Nature: ma pulpe est juteuse, parfumée et translucide (comme un litchi)



FRUIT DE LA PASSION

On me consomme très frais à la cuillère ou en salade de fruits. Ma peau doit être légèrement fripée.



MANGOUSTAN

On me consomme nature après avoir coupé la coque par le milieu, on déguste mes quartiers de couleur blanche (attention présence de petits noyaux)



SHARON

À l'inverse de mon cousin le kaki (qui se mange mûr) on me consomme dur comme une pomme.



GINGEMBRE

Racine fraîche et épicée. On me râpe pour aromatiser les plats.



TAMARILLO

Très mûr, on me consomme cru. Salé ou sucré, parfois arrosé de jus de citron vert on peut me cuisiner également comme une tomate.



MANIOC

Je suis consommé comme la pomme de terre ou la patate douce.