



La cerise en Occitanie

Fiche réalisée dans le cadre du projet

« fruits et légumes d'Occitanie en restauration hors domicile ».

Vous souhaitez accroître la part des produits locaux pour vos restaurants de collectivités, nous pouvons vous mettre en relation avec des producteurs et des intermédiaires régionaux.

04 66 84 12 12 / www.ffl-occitanie.com



Avec la collaboration de  InterBio Occitanie

Premier fruit à noyau de l'année, la cerise est un des plus sucrés et donc très appréciés des consommateurs. Énergétique, elle dispose de qualités nutritionnelles importantes. En effet, la cerise est riche en vitamines C, B et provitamine A, mais apporte également des minéraux divers (potassium, calcium, fer et cuivre). Son taux de magnésium est modéré, de même que sa teneur en soufre et en chlore. Elle apporte un très grand nombre d'oligo-éléments (zinc, manganèse, nickel, fluor, iode, cobalt, sélénium...). Enfin, ses fibres sont composées pour l'essentiel de cellulose et d'hémicellulose.

Volume de production régionale :

8 000 tonnes/an
300 tonnes disponibles en station d'expédition Bio

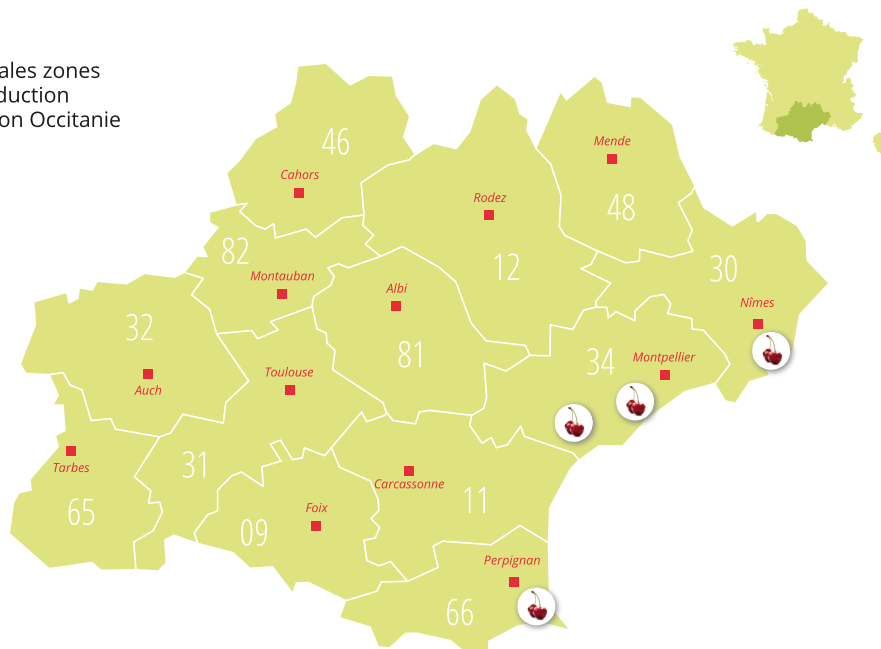
Pleine saison :

mai à juillet

Principales zones de production :

bassin méditerranéen

Principales zones de production en région Occitanie



Calendrier de production variétale et régionale

- La région Occitanie regroupe 21% de la production française (AOP cerises de France)
- La variété Burlat représente 30% de la production nationale, Summit 11%.

Variété	mois			fermeté	saveur
	mai	juin	juillet		
Earlise®	■			●	●●
Burlat	■	■		●	●●
Starck Hardy Giant		■		●●	●●●
Summit		■		●●	●●●
Van		■		●●●	●●
Reverchon			■ ■	●●●	●●
Belge/Meched/Badacsony			■ ■	●●●	●●●
Duroni 3			■ ■	●●●	●●●
Hedelfingen			■ ■	●●	●●



Qualité / conditionnement

- La cerise peut être achetée sous un bon rapport qualité prix, notamment en juin.
- Une poignée de cerises pèse 100 grammes en moyenne.
- Les calibres minimums en catégorie extra est de 20 mm, et de 17 mm en catégorie I et II (hors cerises du Ventoux : 26 mm pour « Monts de Venasque », 24 mm pour « Coteaux du Ventoux »)
- Les signes de fraîcheur : pédoncule bien vert, cerise charnue, ferme et brillante.
- La couleur n'est pas un signe de maturité puisque certaines variétés sont très pâles, d'autres très colorées.
- La cerise est un fruit fragile et il est conseillé de le consommer le jour même. Achetée sans pédoncule et conservée à 6°C, la durée de vie peut atteindre 4 jours (contre 2 avec).
- Elle peut être conditionnée en vrac dans des plateaux ou en barquettes.

Sources : www.cerises-de-france.fr/
Guide RHD du CTIFL / SRISET

Projet réalisé avec le soutien de

