



< retour

*Fruits et légumes*

# Abricot(s) au sirop



Aimez-vous cet ingrédient ?

IMPRIMER [1]

TÉLÉCHARGER [2]

À PROPOS DE

## CARACTÉRISTIQUES

**Saisonnalité :**



**Type :** À noyaux (Abricots, Pêche, Prune...)

**Poids moyen :** 17g

L'abricotier a des feuilles caduques et il peut atteindre 10 m; il produit de magnifiques fleurs odorantes qui ont la curieuse caractéristique d'être fixées directement sur le tronc et les branches.

La peau comestible de l'abricot est légèrement duveteuse, sauf à maturité où elle devient lisse. La tendre chair orangée est sucrée et très parfumée. Ce fruit délicat est cependant

souvent cueilli avant d'atteindre sa pleine maturité, afin qu'il puisse supporter le transport et les délais de la mise en marché; sa chair est alors souvent farineuse et moins savoureuse.

## VARIÉTÉS

Il existe plus de 40 variétés d'abricotiers dont la plupart poussent sous les climats chauds; certains hybrides se sont acclimatés aux régions tempérées. Les producteurs les plus importants sont la Turquie, l'Italie et la CÉI.

## VALEURS NUTRITIVES (pour 100g\*)

Ce fruit se caractérise par sa teneur très élevée en vitamine A. Il est aussi riche en potassium et constitue une source de vitamine C. On dit l'abricot antianémique, astringent et apéritif.

calories	protéines	glucide	lipide	magnesium
67 kcal	0,50 g	15,40 g	0,10 g	5,80 mg
calcium	sodium	phosphore	sucre	fibres
13,70 mg	5,70 mg	10,50 mg	15,40 g	0,80 g
cuivre	zinc	fer	manganèse	vitamin B1
0,08 mg	0,10 mg	0,30 mg	0,05 mg	0,01 mg
vitamin B2				
0,02 mg				

[Afficher plus](#)

\* Source de données : AFSSA

## HISTOIRE

Fruit de l'abricotier, arbre originaire de Chine. Les Occidentaux ont d'abord cru que l'abricotier provenait d'Arménie et ils le nommèrent *Prunus armeniaca*. Longtemps, ils crurent que cet arbre produisait des fruits maudits qui provoquaient la fièvre. Il semble qu'Alexandre le Grand l'introduisit en Occident; les Arabes le répandirent en Méditerranée. Le mot «abricot» est dérivé de l'arabe d'Espagne *al barquq* qui signifie «précoce», et ce, parce que l'abricotier fleurit très tôt au printemps.

# Poulet aux pêches, abricots et pistaches express [3]

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

# Faux oeufs au plat [4]

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

---

## Liens

[1] <https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/15812>

[2] <https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/15812>

[3] <https://www.qooq.com/recipes/poulet-aux-peches-abricots-et-pistaches-express>

[4] <https://www.qooq.com/recipes/faux-oeufs-au-plat>