



Connaissez-vous le Pruneau d'Agen ?... ... Le petit fruit de la grande forme !

Le pruneau d'Agen, qu'est-ce que c'est ?

Le Pruneau est une prune violette séchée, qui se conserve longtemps. Il doit être bien noir, brillant, souple et sucré. Il se conserve dans un endroit ni trop humide ni trop sec.



Petite Histoire du Pruneau d'Agen

Ce sont les Croisés, au 13^{ème} siècle qui nous auraient rapporté de Syrie une nouvelle variété de prunier appelé « prunier de Damas ».

Les moines de l'abbaye de Clairac (près d'Agen), par croisement d'un prunier de Damas et d'un prunier local auraient permis la naissance d'un nouveau prunier baptisé « Prunier d'Ente ».

Ce sont également eux qui, au cours d'une année de surproduction, auraient constaté que le séchage au soleil de ces fruits permettait de les conserver toute l'année. C'est ainsi qu'est né le pruneau d'Agen !

Les petits plus du pruneau d'Agen...



Je suis petit et léger,
tu peux m'emmener partout avec toi, dans ta poche ou ton cartable !
Mange-moi quand tu as une petite faim : au petit-déjeuner, au goûter ou avant le sport.
On me déguste aussi bien dans les plats sucrés que salés : dans les viandes, les poissons ou en dessert !
On peut me manger soit entier, dénoyauté ou bien fourré au chocolat... Il y en a pour tous les goûts !

Le pruneau, le fruit malin de la santé au quotidien

⇒ Le pruneau est un fruit riche en potassium et magnésium, ce qui favorise le bon fonctionnement de l'organisme !

⇒ Le pruneau a une très faible teneur en saccharose, ce qui limite les risques de caries !

⇒ Le pruneau est une gourmandise santé ! Il est dépourvu de lipide et ne fait pas grossir !

⇒ Le pruneau apporte des glucides en abondance pour faire le plein d'énergie ! De plus grâce à tous ses minéraux et vitamines il permet d'être en pleine forme pour toute la journée !