

Famille : Rutacées.

Genre & espèce : *Citrus sinensis*.

Le terme « agrume » englobe les citrons, les clémentines, les kumquats, les bergamotes, les limes, les mandarines, les oranges, les pamplemousses, les pomelos et les tangerines.

L'Orange



L'orange est le fruit de l'oranger. C'est un arbuste à feuilles persistantes qui ne supporte pas les hivers rigoureux et qui se plaît sous le climat méditerranéen.

Une température inférieure à -2°C fait des dégâts sur les feuilles, les fleurs et les fruits, tandis qu'un gel à -9 ou -10°C entraîne la mort de l'arbre. Les orangers sont également gourmands en eau et supportent mal les périodes de sécheresse.

Les variétés d'oranges sont nombreuses, elles sont traditionnellement classées en trois groupes : les oranges « blondes » de couleur orange, les oranges Navels qui ont un petit fruit supplémentaire au niveau de l'extrémité pistillaire et les oranges sanguines dont la pulpe et la peau sont partiellement ou complètement colorées de rouge violacé.



Origine

La culture de l'oranger est très ancienne, elle se confond avec l'histoire de la Chine d'où il est originaire. Au cours du premier millénaire avant notre ère, l'oranger se propage très vite à l'ensemble des pays du Sud-Est asiatique, puis arrive en Méditerranée au VII^e siècle.

Les oranges amères, encore appelées bigarades, arrivent en Europe à partir du Xe siècle, époque des croisades. Mais l'orange douce telle que nous la connaissons ne fera son apparition qu'au cours du XV^e siècle lorsque des navigateurs portugais la découvrent en Chine. Par sa douceur, elle évince très vite l'orange amère.

Une fois implanté dans le bassin méditerranéen, l'oranger est diffusé à travers le monde par les Européens, Amérique du Nord et du Sud au XVI^e siècle, Afrique du Sud au XVII^e et Australie au XVIII^e.

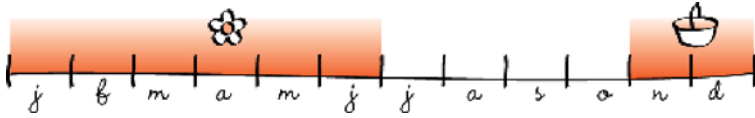
Aujourd'hui les plus gros producteurs d'oranges sont les Etats-Unis, le Brésil et les pays du bassin méditerranéen.

Atouts nutritionnels

L'orange, disponible pendant de nombreux mois (et en particulier durant l'hiver) peut être considérée comme le fruit de base pour assurer un apport optimal de vitamine C : une orange moyenne permet de couvrir pratiquement l'apport quotidien recommandé ! Elle constitue ainsi une aide précieuse dans la lutte contre les agressions et la fatigue. Elle fournit, par ailleurs, des quantités intéressantes de minéraux variés (notamment de calcium, facilement utilisable par l'organisme, de potassium et de magnésium), ainsi que des fibres bien tolérées. Et tout ceci pour un apport énergétique modéré : 45 kcal aux 100 g.



Floraison et cueillette



Comment ça pousse ?

Originnaire du sud de la Chine, l'oranger aime les climats chauds et humides, mais il est possible de le cultiver dans des climats plus secs, s'il est irrigué. Au nord, la culture de l'oranger est limitée par les températures trop basses en hiver. En France, on ne le trouve en pleine terre que sur la Côte d'Azur, aux environs de Perpignan et en Corse. Mais il s'accommode très bien de la culture en pot, dans les régions où le climat est trop rigoureux. Il est alors rentré en serre froide (orangerie) lorsque la température descend en dessous de 0°C.

L'oranger apprécie les terrains profonds drainants et bien aérés, mais ne supporte pas les terrains trop calcaires. Les orangers destinés à la production sont greffés. Le choix du porte-greffe se fait en fonction de la nature du terrain (certaines espèces améliorent la résistance au calcaire), la résistance aux maladies et au gel.

L'oranger fleurit au mois d'avril. Un oranger adulte peut produire 60 000 fleurs blanches et parfumées, mais seul 1% des fleurs donneront des fruits. Les oranges grossissent jusqu'au mois d'octobre, puis le fruit vert se colore de jaune orangé. Plus les températures sont fraîches, plus la coloration orange sera intense.

Goûts & utilisations...

Les oranges doivent être choisies en fonction de leur utilisation, il existe des variétés de bouche, comme les Navels, et des variétés à jus, comme les Valencias. Les oranges se conservent très bien à température ambiante, toutefois il est possible de les mettre dans le bac à légumes du réfrigérateur pour limiter leur déshydratation.

L'orange se consomme tout simplement pelée. Elle peut être coupée en rondelle, accompagnée de menthe ciselée. L'orange est également utilisée dans les plats sucrés-salés accompagnant surtout les viandes blanches, comme le porc ou le poulet. On extrait également son jus qui peut être bu dès qu'il est pressé, ou qui peut être mélangé à d'autres jus de fruits pour composer de délicieux cocktails.

Les zestes, c'est-à-dire la partie extérieure de la peau de l'orange, sont également prélevés à l'aide d'un zesteur ou à défaut d'un économiseur. Ils contiennent des essences odorantes et des huiles essentielles. Celles-ci sont utilisées en alimentation, mais aussi en pharmacie et en parfumerie. Le zeste coupé en lamelle peut également être ajouté aux plats cuisinés, ou enrobé de chocolat fondu comme pour les orangettes.

Conte, légende...

La vie du plus vieil oranger de France aurait débuté en Espagne en 1421, sous le règne de la reine de Navarre. Elle aurait semé dans un pot cinq pépins d'une Bigarade au goût savoureux.

En 1499, son arrière petite fille, envoya le pot contenant les cinq orangers à sa cousine Anne de Bretagne, lors de son mariage avec Louis XII. Les pieds s'étant soudés en se greffant par approche, l'oranger à cinq branches passa entre les mains du connétable de Bourbon, de Charles-Quint, de François 1er, puis de Louis XVI qui le fit transporter dans l'orangerie du château de Versailles en 1687 avant même la fin des travaux.

Le vieil arbre est depuis cette date à Versailles, il fait maintenant plus de 7 mètres de haut. Son tronc très court se divise en cinq grosses branches charpentières qui correspondent aux cinq pépins plantés par la reine à Pampelune en 1421.