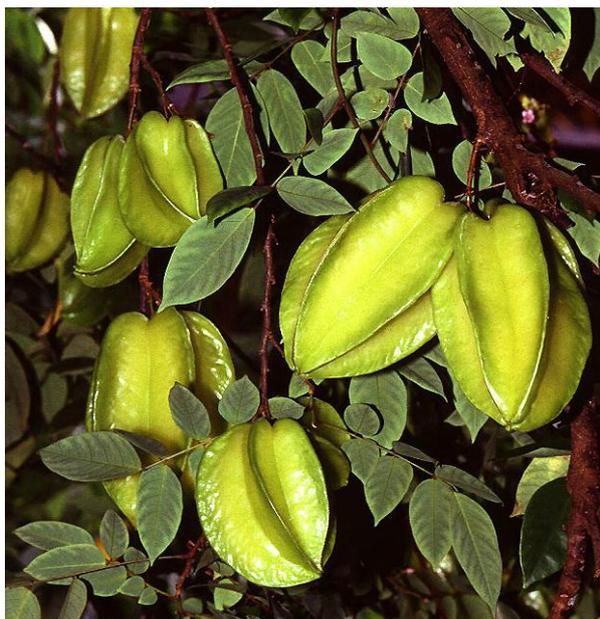


Carambolier

Carambolier	
	
<i>Averrhoa carambola</i>	
Classification classique	
Règne	<i>Plantae</i>
Division	<i>Magnoliophyta</i>
Classe	<i>Magnoliopsida</i>
Ordre	<i>Geraniales</i>
Famille	<i>Oxalidaceae</i>
Genre	<i>Averrhoa</i>
Nom binominal	
<i>Averrhoa carambola</i> L., 1753	
Classification phylogénétique	
Ordre	<i>Oxalidales</i>
Famille	<i>Oxalidaceae</i>

Le **carambolier** (*Averrhoa carambola*) est un arbre de la famille des Oxalidacées dont le fruit est la **carambole**.

Description



Carambole

C'est un arbre des régions tropicales, originaire d'Asie. Disponible depuis quelques années sur les marchés européens, le fruit est une baie à 5 carpelles soudés dont la section forme une étoile et contenant chacun deux graines plates.

Selon les variétés, plus ou moins acidulées, il est utilisé en jus ou en salade de fruits, en confiture ou dans des sauces. D'un goût spécial, il est surtout utilisé pour décorer les plats et desserts.

On donne aussi le nom de *carambole* à une espèce du genre *Allium*, *Allium ampeloprasum*, appelé également poireau d'été.

Pour la santé

Le fruit est une bonne source de vitamine C. Contient aussi de l'acide oxalique (1mg pour 1g), donc à éviter pour les personnes souffrant d'insuffisance rénale.

La teneur en acide oxalique est très variable d'un fruit à l'autre.

Six cas d'intoxication ont été décrits en Martinique dont deux personnes en sont mortes chez des consommateurs réguliers ou ponctuels^[1]. Le tableau clinique réalise une triade associant une encéphalopathie sévère (avec syndrome confusionnel et état de mal épileptique) une insuffisance rénale et un hoquet. L'ensemble a été complètement résolutif après traitement par hémofiltration^[2].

Carambole (valeur nutritive pour 100g)			
eau : 90,9 %	matières azotées : ?? %	mat. hydrocarbonées : ?? %	cendres totales : ?? g
fibres : 1,7 g	valeur énergétique : 33 kcal		
protéines: 0,54 g	lipides: 0,35 g	glucides: 7,83 g	sucres simples : 7,1 g
Sels minéraux & oligo-éléments			
potassium : 163 mg	phosphore : 16 mg	calcium : 4 mg	magnésium : 9 mg
sodium : 2 mg	fer : 0,26 mg	zinc : 110 µg	cuivre : 120 µg
Manganèse : 82 µg			
vitamines			
vitamine C : 21 mg	vitamine B1 : 28 µg	vitamine B2 : 27 µg	B3/PP/Niacine : 411 µg
vitamine B5 : ?? µg	vitamine B6 : ?? µg	vitamine B9 : ?? µg	vitamine B12 : ?? µg
vitamine A : ?? µg	rétinol : ?? µg	vitamine E : ?? µg	vitamine K : ?? µg
acides gras			
saturés : ?? g	mono-insaturés : ?? g	poly-insaturés : ?? g	cholestérol : ?? mg

La carambole dans la culture populaire asiatique

Le fruit connaît actuellement un regain de popularité en Asie et au Japon en particulier grâce au dessin animé le sergent Keroro. En effet, les personnages principaux Keroro et ses amis des extra-terrestres de la planète Titar raffolent de la carambole (appelée là-bas スターフルーツ, littéralement "le fruit en forme d'étoile"). Ces fruits contiendraient d'après l'auteur, Mine Yoshizaki, tous les nutriments nécessaires aux Titariens.

Notes et références

[1] 6 cas en Martinique de septembre 2006 à septembre 2007 dont deux décès

[2] Revue Neurologique, 165 (2009) p. 268-272, cité dans le Quotidien du Médecin n°8543 du jeudi 2 avril 2009 p. 1

Sources et contributeurs de l'article

Carambolier *Source*: <http://fr.wikipedia.org/w/index.php?oldid=77565108> *Contributeurs*: Askelgwen, Bis senchi, Callisto, Charles margoni, Doc103, Fafnir, FoeNyx, Garvalf, Gribecco, Gzen92, Jeantosti, Jeffdelongue, Korrigan, Liondelyon, Léna, Ocilya42, Od1n, Pancrat, Pmx, Spedona, Steff, TED, Thierry Caro, 17 modifications anonymes

Source des images, licences et contributeurs

Image:Gtk-dialog-info.svg *Source*: <http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Gtk-dialog-info.svg> *Licence*: GNU Lesser General Public License *Contributeurs*: David Vignoni

Image:Starr_030523_0076_averrhoa_carambola.jpg *Source*: http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Starr_030523_0076_averrhoa_carambola.jpg *Licence*: Creative Commons Attribution *Contributeurs*: Original uploader was Jeffdelongue at fr.wikipedia

Fichier:Averrhoa_carambola2.jpg *Source*: http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Averrhoa_carambola2.jpg *Licence*: Public Domain *Contributeurs*: Photo by Scott Bauer

Licence

Creative Commons Attribution-Share Alike 3.0 Unported
[//creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/](http://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/)