

Famille : Rutacées.

Genre et espèces : *Citrus maxima* le pamplemousse,  
*Citrus x paradisi* le pomelo.

# Le Pomelo & le Pamplemousse



Sous le nom de pamplemousse, on confond deux espèces bien différentes. Le vrai pamplemousse (*Citrus maxima*) dont le fruit très gros, en forme de poire est très acide et peut atteindre 8 kilos, et le pomelo (*Citrus x paradisi*), agrume arrondi, à peau mince, jaune ou rose, d'une dizaine de centimètres de diamètre.

Ces deux espèces supportent peu les températures négatives (-7 °C maximum) et sont cultivées en France exclusivement sur le littoral méditerranéen. Si le pamplemousse est peu connu, le pomelo lui, est très consommé. Sa chair, très juteuse, est jaune et acide pour la variété Duncan, ou rose et plus douce pour les variétés Ruby ou Sunrise.



## Origine

Originnaire d'Indonésie, le pamplemoussier a certainement suivi le même chemin que le mandarinier et l'oranger pour nous parvenir. Connue des Chinois 2 200 ans avant notre ère, on le retrouve en Europe au cours du XII<sup>e</sup> siècle. Le détail des étapes qu'il a pu faire au cours des siècles reste inconnu, sans doute parce qu'il n'a pas été consommé.

En 1693, le capitaine Anglais Shaddock sème quelques pépins de l'énorme *Citrus maxima* à la Barbade au cours d'une escale. Par hasard, une hybridation a lieu entre le pamplemoussier et un oranger implanté quelques années auparavant. C'est de ce mariage insolite que naît le pomelo. Il se répand rapidement dans les Caraïbes et les Bahamas. Puis, grâce au comte Odet Philippi, il atteint les Amériques. Ce dernier l'introduit près de Tampa, en Floride où il prend le nom de «grapefruit», car il se répartit en grappe sur l'arbre.

Très cultivé dès la fin du XIX<sup>e</sup> siècle dans l'Ouest américain, les Etats-Unis sont toujours et de loin les plus gros producteurs mondiaux.

## Atouts nutritionnels

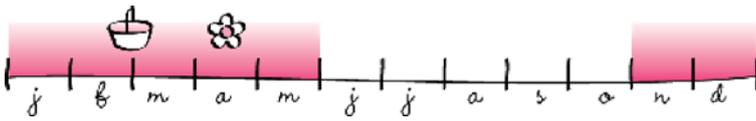
Le pomelo est un fruit à privilégier dans notre alimentation, tant pour ses qualités gustatives, que pour son apport énergétique modéré (42 kcalories aux 100 g). Le pomelo et le pamplemousse sont d'excellentes sources de vitamine C (37 mg aux 100 g).

Le pomelo participe efficacement à l'apport en minéraux et oligo-éléments de l'alimentation, notamment par la fourniture de potassium, de calcium et de magnésium.

Sa saveur acidulée et légèrement amère stimule les sécrétions digestives et justifie qu'on serve le pomelo le matin au petit déjeuner, ou encore en hors-d'œuvre.



## Floraison et cueillette



## Comment ça pousse ?

Les pamplemousses et les pomelos, adaptés aux pays chauds, forment des arbres souvent épineux, pouvant atteindre 7 m de haut. Leurs feuilles larges, ovales, légèrement ailées sont persistantes. Ce sont des arbres vigoureux qui aiment les sols riches et bien drainés.

Chez le pomelo, les fleurs et les fruits poussent en grappe à l'aisselle\* des feuilles. Tandis que le pamplemousse donne de très gros fruits isolés, pas toujours consommables sous nos latitudes, car les agrumes, et celui-là en particulier, ont besoin de soleil et de chaleur pour la bonne maturation des fruits. De ce fait, on peut les laisser longtemps sur l'arbre. On les récolte de novembre à mars.

Sur le plan botanique, il s'agit de baies\* comestibles. Le pamplemousse, énorme fruit à écorce épaisse de couleur jaune ou verte, est composé de 16 à 18 quartiers remplis de pépins. Tandis que le pomelo n'excède pas 600 g, avec une écorce mince de couleur jaune ou rose ; il contient une douzaine de quartiers dont la chair rose ou ambrée est légèrement sucrée. On les reproduit le plus souvent par semis.

\* aisselle : intérieur de l'angle formé par la tige et la feuille.

\* baie : fruits charnu à pépin.

\*albédo : partie blanche et charnue située entre le zeste et les quartiers chez les agrumes.

## Goûts & utilisations...

On trouve facilement des pomelos toute l'année (même si initialement c'est un fruit d'hiver). Quant au pamplemousse, longtemps réservé au jardin d'ornement ou à la fabrication de jus, il est désormais vendu à l'unité au rayon fruits exotiques des supermarchés et des détaillants.

Ils peuvent se conserver une semaine à température ambiante et jusqu'à six semaines placés au réfrigérateur. Mais ils seront plus juteux à température ambiante. On peut appliquer à ces fruits le célèbre adage « dans le pamplemousse tout est bon ». Car outre la consommation de la chair en fruits frais, on épluche la couche épidermique supérieure pour en récupérer le zeste pour son parfum ; de l'albédo\*, partie molle et blanche de l'écorce, on obtient de la pectine et une substance amère : la naringine qui, une fois désamérisée, donne un édulcorant à fort pouvoir sucrant. Enfin, des pépins, on extrait une huile utilisée dans l'alimentation animale.

## Féminin ou masculin

*Le genre du mot pamplemousse varie selon les dictionnaires. Au XIXe, le mot est le plus souvent considéré comme féminin, appuyé en ce sens par l'Académie Française mais aussi par différents écrivains. Or dans l'usage, en particulier lorsqu'il est question de l'arbre, et pour les botanistes en général, le mot est masculin. Aussi, depuis le milieu du XXe siècle, lui accorde-t-on les deux genres.*

*Extrait de Claudel, *Connaiss. Est*, 1907, p.52 : « J'enfonce la dent et les doigts dans l'écorce épaisse d'une pamplemousse dérobée aux offrandes. »*

