

Pitaya



Pitaya en vente à Saint-Denis de la Réunion



La fleur d'Hylocereus undatus

Le **pitaya** ou **pitahaya** (du taïno « fruit écaillé »), également connu sous le nom de « **fruit du dragon** » (ou *dragon fruit*, *strawberry pear* en anglais), est le fruit de différentes espèces de cactus hémipiphytes, et plus particulièrement de celles de l'espèce *Hylocereus undatus* (anciennement *H. triangularis*).

1 Fleur

Hylocereus undatus, ou « raquette tortue » ou « Belle de nuit », est appelé en anglais *night blooming cereus*, c'est-à-dire « Cereus à floraison nocturne ». En effet, cette plante à rameaux triangulaires fleurit à la tombée de la nuit et la grosse fleur blanche à la douce odeur de vanille mesure près de 30 cm de diamètre mais ne tient généralement qu'une nuit. Cela a suffi pour faire de cette espèce une

plante ornementale.

Cette plante à fruits a de grandes feuilles :

- blanches à taches roses pour *Hylocereus undatus*.
- rouges à points roses pour *Hylocereus polyrhizus*.
- blanches à points jaunes pour *Selenicereus megalanthus*.

2 Fruit



Pitaya sanguin Hylocereus polyrhizus



Pitaya jaune à chair blanche Selenicereus megalanthus

Le pitaya mesure une dizaine de centimètres et pèse environ 350 grammes. Sa chair est comestible et ressemble

par sa texture et la présence de petits pépins noirs à celle du kiwi, avec un goût cependant beaucoup plus doux.

Il existe trois sortes de fruits provenant d'autant d'espèces distinctes, tous comestibles, à basse teneur en calories et portant une peau épaisse à petites feuilles :

- *Hylocereus undatus*, pulpe blanche et peau rose
- *Hylocereus polyrhizus*, pulpe rouge et peau rose
- *Selenicereus megalanthus*, pulpe blanche et peau jaune

3 Qualité nutritive

Le pitaya a des vertus digestives entre autres en ce qui concerne la constipation, car les graines de ce fruit ont un léger effet laxatif^{[1],[2]}.

100 grammes de fruit ne contiennent qu'une cinquantaine de calories et le pitaya est riche en vitamines, minéraux, fibres, antioxydants et bêta-cyanine (principalement la variété à chair rouge). Le pitaya rouge (*Hylocereus sp.*), a une faible teneur en vitamine (de 116 à 171 mg par gramme de pulpe fraîche). Cependant la pulpe est riche en antioxydants comme la bêta-cyanine (de 0,32 à 0,41 mg) et des composés phénoliques : son indice ORAC est de 8,8 à 11,3 (activité antioxydante par g exprimées en micromoles de Trolox équivalents)^[3].

Elle aide aussi à réduire le taux d'acide urique dans le sang et favorise ainsi la prévention de la goutte^[réf. nécessaire].

L'expérience de manger un pitaya est proche de celle du kiwi. On le mange cru. Les graines ont la taille des graines de sésame et sont disséminées dans la pulpe. Elles sont donc absorbées avec le fruit. On peut en faire du jus ou du vin ; la grosse fleur du pitaya est aussi comestible et on peut en faire du thé.

4 Goût et qualité esthétique

La couleur attrayante du fruit, plus encore que ses qualités nutritives, en font un excellent produit marketing. En effet, le pitaya rouge a un gout léger^{[4],[5]}, comparé au pitaya jaune qui est plus sucré^[6]. Le pitaya sanguin est le plus goûteux des trois espèces, mais c'est un fruit qui est difficile à trouver en magasin^[réf. souhaitée].

5 Production et consommation

Le pitaya a l'avantage de nécessiter de cinq à dix fois moins d'eau que n'importe quelle autre culture fruitière, ce qui en fait un produit intéressant pour exploiter les zones arides.

En 2010, les principaux producteurs mondiaux de pitaya sont la Colombie et le Mexique^[7].

Originaires du Mexique et s'étendant jusqu'à l'Amérique centrale, ces cactus aux allures de vignes vierges ont été importés au Viêt Nam par les colons français au début du XIX^e siècle. Initialement, les fruits y étaient réservés à la famille royale puis à la bourgeoisie locale. Ils devinrent ensuite le premier produit d'exportation du Viêt Nam et rivalisèrent en prix avec le fruit vedette d'Asie, le durian. Ils sont aujourd'hui cultivés et appréciés dans toute l'Asie du Sud Est (Malaisie, Taïwan) et la côte sud-est de la Chine. La version bonsaï du pitaya est courante sur les marchés à fleur de Taïwan.

Depuis quelques années, la production de pitaya se développe de plus en plus dans des pays tels que le Viêt Nam, Israël (sous serres car cette cactacée ne supporte pas le plein soleil), le Guatemala, l'Australie ou, pour ce qui est de la République française, sur l'île de la Réunion et en Polynésie. La seule difficulté de la production de ce fruit réside dans la fécondation des fleurs qui, originellement, est faite par les papillons ou les chauves-souris des forêts tropicales. On le multiplie généralement donc plutôt par bouture.

Encore pratiquement inconnu en France ou au Canada en 1995, le pitaya fait désormais partie intégrante de l'offre en fruits tropicaux des grandes surfaces. Les quantités de pitaya rouge importées dans l'UE ont plus que décuplé entre 1995 et 2000, mais restent cependant marginales, avec 200 tonnes en 2000.

6 Galerie

- Intérieur d'un pitaya *Hylocereus polyrhizus*
- Intérieur d'un pitaya *Hylocereus undatus*
- Intérieur d'un pitaya *Hylocereus undatus*
- Plants de pitaya
- Petits plants de pitaya

7 Notes et références

- [1] <http://www.kalou-and-cook.com/pitaya-le-fruit-du-dragon-aux-bonnes-vertus/>
- [2] <http://www.supertoinette.com/fiche-cuisine/176/pitaya-ou-pitahaya.html>
- [3] (en) F. Vaillant, A. Perez, I. Davila, M. Dornier & M. Reynes (2005). *Colorant and antioxidant properties of red-purple pitahaya (Hylocereus sp.)*. *Fruits* 60 (2005) 3-12. DOI :10.1051/fruits:2005007
- [4] <http://grandquebec.com/monde-des-plantes/pitaya/>





Le matin après la floraison et la fécondation manuelle de la veille.



38 jours après la floraison

[7] (en) Revista Brasileira de Fruticultura, Vol. 32, n° 3

8 Liens externes

- Pitahaya, le fruit oublié
- Thanh long, le fruit du dragon
-  Portail de la botanique
-  Portail des plantes utiles

[5] <http://tous-les-fruits.com/fruit-255.html>"]

[6] <http://www.grainesdefolie.com/fruit/464-fruit-du-dragon-pitaya-jaune.html>"]

9 Sources, contributeurs et licences du texte et de l'image

9.1 Texte

- **Pitaya** *Source* : <http://fr.wikipedia.org/wiki/Pitaya?oldid=114179326> *Contributeurs* : Abrahami, Zubro, Urhixidur, David.Monniaux, Moyogo, Pixeltoo, Bob08, Kipmaster, Peter17, Calimo, Gzen92, RobotQuistnix, FlaBot, EDUCA33E, CaptainHaddock, MMBot, Litlok, CHEFALAIN, Loveless, Steff, Grecha, Netscott, MetalGearLiquid, Sonusfaber, Kokin, Daniel*D, Thijs !bot, Chaoborus, Birdie, Escarbot, JAnDbot, Kzo, Soulbot, Laszlo, CommonsDelinker, Bufh, VonTasha, Salebot, Speculos, VolkovBot, Ptbotgourou, Xic667, SieBot, Ange Gabriel, Vlaam, Dhatier, Mathieuw, Sensonet, Skippy le Grand Gourou, WikiDreamer Bot, LaaknorBot, Luckas-bot, Vyk, Zwikki, DSIsyphBot, Scoopfinder, ArthurBot, MathsPoetry, Goudron92, Lomita, Falcoperegrinus, EmausBot, Marchall, Hunsu, MerllwBot, LoveBot, OrlodrimBot, Combernoux, Addbot, Freshgod, Tominiko974, Agatino Catarella, Alex1989mtl et Anonyme : 35

9.2 Images

- **Fichier:Fruits_mûrs.JPG** *Source* : http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/5/5e/Fruits_m%C3%BBrs.JPG *Licence* : CC BY-SA 3.0 *Contributeurs* : Travail personnel *Artiste d'origine* : Tominiko974
- **Fichier:HPIM0069.JPG** *Source* : <http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/7/71/HPIM0069.JPG> *Licence* : CC-BY-SA-3.0 *Contributeurs* : foto *Artiste d'origine* : trabajo propioImage :
- **Fichier:Icône_botanique01.png** *Source* : http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/8/8b/Icône_botanique01.png *Licence* : CC-BY-SA-3.0 *Contributeurs* : Transferred from fr.wikipedia ; transfer was stated to be made by User:Jacopo Werther. *Artiste d'origine* : Original uploader was Pixeltoo at fr.wikipedia
- **Fichier:Pitaya_\char"0022\relax{}blanc\char"0022\relax{}_sur_un_pied_de_Palmier_Latanier.JPG** *Source* : http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/6/62/Pitaya_%22blanc%22_sur_un_pied_de_Palmier_Latanier.JPG *Licence* : CC BY-SA 3.0 *Contributeurs* : Travail personnel *Artiste d'origine* : Tominiko974
- **Fichier:Pitaya_P1190424.jpg** *Source* : http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/c/ca/Pitaya_P1190424.jpg *Licence* : CC-BY-SA-3.0 *Contributeurs* : ? *Artiste d'origine* : ?
- **Fichier:Pitaya_red.jpg** *Source* : http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/a/a5/Pitaya_red.jpg *Licence* : CC-BY-SA-3.0 *Contributeurs* : Transferred from en.wikipedia *Artiste d'origine* : Allen Timothy Chang at en.wikipedia
- **Fichier:Sunflowers.JPG** *Source* : <http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/0/09/Sunflowers.JPG> *Licence* : Public domain *Contributeurs* : Travail personnel *Artiste d'origine* : Trojanbackoncommons
- **Fichier:Yellow_pitaya.jpg** *Source* : http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/3/3c/Yellow_pitaya.jpg *Licence* : CC-BY-SA-3.0 *Contributeurs* : ? *Artiste d'origine* : ?

9.3 Licence du contenu

- Creative Commons Attribution-Share Alike 3.0