



La rhubarbe



1. La rhubarbe

La rhubarbe est d'origine asiatique et n'est connue en Europe que depuis quelque deux cents ans. Elle fait office de fruit lorsqu'on la cultive pour en faire de la confiture ou de délicieuses tartes à la rhubarbe mais c'est en réalité, au sens botanique, un légume. La rhubarbe est très connue pour son effet laxatif. Riche en calcium, magnésium, potassium et en phosphore, la rhubarbe constitue un très bon complément alimentaire, notamment pour le transit.

Répartition des apports :

Janvier : -	Février : -	Mars : 2%	Avril : 20%
Mai : 30%	Juin : 19%	Juillet : 15%	Aout : 9%
Septembre : 3%	Octobre : -	Nov. : -	Déc. : -

Conditionnement :

Vrac ou bottes