

# Mûres

Il suffit de les laver.

Il existe plus de 600 variétés de mûres !



## Catégorie

Rosaceae

## Conservation

A conserver de préférence dans un sac en papier au réfrigérateur. Vous pouvez les mettre sur une serviette en papier. Vous pouvez également congeler les mûres.

## Disponible

De fin mai à septembre

## Utilisations culinaires

Délicieuses lorsqu'elle est consommée directement. Également délicieux dans la confiture, les gâteaux ou comme sauce pour les crêpes.

## Valeur nutritive

Contient beaucoup de vitamine C.