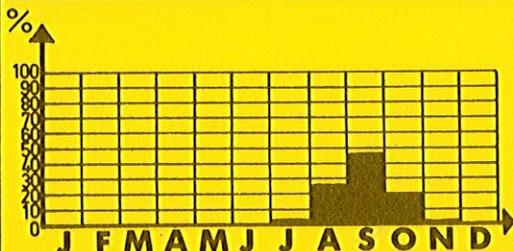




# PRUNE

# 27

## QUAND M'ACHÈTE-T-ON ?



## CE QU'IL FAUT M'ÉVITER...



- ÉCRASEMENT
- MEURTRISSURE
- POURRISSÉMENT

## MIEUX ME CONNAÎTRE...

### J'AIME BEAUCOUP



- FRAÎCHEUR

### JE N'AIME PAS DU TOUT



- CHOCS
- FROTTEMENTS
- FROID
- CHALEUR

## Comment s'occuper de moi pour mieux me préserver ?

### Le stockage à l'arrivage

- RÉSERVE/RAYON
- DURÉE : 2 À 3 JOURS



### Les soins au rayon

- TRIER



### Le rangement le soir

- RÉSERVE



## Comment me choisir pour mieux m'apprécier ?

### À l'oeil

- PAS DE REFLETS VERTS
- PRÉSENCE DE PRUÏNE (SORTE DE PELLICULE SUR LA PEAU)



### Au toucher

- PULPE SOUPLE
- PEAU NON RIDÉE



### Comment me préparer ?

- CRUE OU CUITE
- COUPE, SALADE DE FRUITS
- PÂTISSERIE



