LE COMPTOIR AFRICAIN

Un autre commerce, un autre monde ...

The News-Pepper(*)

(*) celle-là, on la doit à Gene ...

Année 9
Volume 3
La 90ème
Mars 2022

Aromates, condiments et herbes aromatiques

La notion d'épice est relativement floue et la plupart des dictionnaires se contentent de la décrire comme une substance aromatique d'origine végétale servant à assaisonner les mets. Cette définition crée une certaine confusion avec les notions d'aromate, de condiment ou encore d'herbe aromatique :

les aromates servent aussi à rehausser le goût des aliments

les herbes aromatiques sont des plantes aromatiques généralement de petite taille, dont les feuilles, les tiges et les fleurs sont généralement (mais pas toujours) utilisées

les condiments sont plutôt des préparations élaborées à partir d'un mélange d'épices, d'aromates, d'herbes, mais aussi d'autres denrées (légumes, farine, bouillon).

Epicement vôtres,

Geneviève et Bernard

De la bonne et saine lecture

TCHAK! Tchak ! – La revue paysanne et citoyenne qui tranche

MÉDOR Journalisme belge d'investigation. Indépendant. Inclusif. Participatif

POUR pour écrire la liberté SCRL FS est une coopérative d'édition créée le 31 janvier 2017 et qui a pour objectif de contribuer à l'édification d'une société démocratique, libre, juste, solidaire et durable

Reporterre Journal indépendant, sans publicité, sans actionnaire, en accès libre, financé par les dons de ses lecteurs.

Le proverbe du mois

Si tu te tapes la tête contre une cruche et que ça sonne creux, n'en déduis pas forcément que c'est la cruche qui est vide ...

Aromates, condiments et herbes aromatiques

Ces distinctions sont néanmoins subtiles et variables en fonction des usages et des auteurs. Une même plante peut aussi être considérée diversement selon les parties utilisées et l'utilisation qui en est faite. Ainsi, les graines de coriandre, de fenouil ou de carotte sont des épices, alors que leurs feuilles ou leurs racines sont des herbes aromatiques ou des légumes. Le piment est un légume ou un condiment lorsqu'il est consommé frais (entier ou en pâte) et une épice lorsqu'il est séché et réduit en poudre. La moutarde est une épice, alors que la préparation à partir de ses graines, qui s'appelle aussi moutarde, est un condiment. Le poivre, épice par excellence, peut être considéré comme un condiment lorsqu'il est placé à table pour assaisonner les plats après le service.

Une épice est une matière organique d'origine végétale odorante ou piquante. Elle est principalement utilisée en petite quantité en cuisine, comme conservateur, assaisonnement ou colorant, mais aussi en médecine, en teinturerie ou en distillerie. La notion d'épice se confond partiellement avec celle d'aromate, et dans une moindre mesure de condiment.

Les épices peuvent être issues de différents organes de la plante:

- *fruit (baies, drupes, gousses, etc.)* : genièvre, toute-épice, poivres, piments, baies roses, vanille, cumin, fenouil, ajowan, etc.
- *feuille* : laurier, pandanus et les herbes aromatiques ;
- *écorce* : cannelle, casse, etc.
- *racine* : raifort, angélique, livèche, céleri, etc.
- *rhizome* : gingembre, curcuma, galanga, acore, etc.
- *graine* : fenugrec, moutarde, muscade, pavot, grenade, sésame, nigelle, etc.
- *arille* : macis
- *boutons floraux* : girofle
- *stigmate* : safran
- *exsudat* : ase fétide

Commerce international

Le marché mondial des épices est en constante expansion au XXIe siècle : il a augmenté d'une moyenne de 3,7% par année depuis 2007 pour atteindre une valeur de 33,1 milliards de dollars américains en 2019. Cette croissance devrait se poursuivre durant la décennie 2020-2030 et le marché pourrait atteindre un volume de 18 millions de tonnes à la fin de cette période. Les États-Unis sont de très loin le premier importateur mondial d'épices (428 000 tonnes en 2019), suivi par le Vietnam et l'Inde (respectivement 190 000 et 172 000 tonnes). La consommation annuelle par habitant était de 1,69 kg au niveau mondial en 2019. Les principaux consommateurs sont le Népal (14 kg par habitant), la Thaïlande (6,25 kg), le Vietnam (4 kg) et la Turquie (3,71 kg). En valeur absolue, c'est cependant l'Inde qui domine la scène mondiale avec une consommation de 4,8 millions de tonnes en 2019 (37% du total), un volume huit fois supérieur à celui consommé par l'Indonésie, qui occupe la seconde position .

Quelques fruits et légumes du mois.

Cette belle présentation nous vient de https://larecette.net/calendrier/

Les recettes du mois.

- **Tarte au citron à la crème** La recette ici
- **Rôti de veau aux légumes** La recette ici
- **Laitues braisées au lard** La recette ici
- **Beignets de blettes (farçous)** La recette ici
- **Tarte fine aux endives, pancetta et fromage filant** La recette ici

Retrouvez toutes les recettes sur notre site ou utilisez la zone de recherche par ingrédient pour voir toutes les recettes qui utilisent cet ingrédient. Pratique !!

Principaux composés chimiques(*) des épices

Composé	Épices	Propriétés
Anéthol	Fenouil, anis, badiane	Arôme, édulcorant (13 fois plus sucré
Capsaïcine	Piment	Responsable de la sensation de pseudo-chaleur.
Capsanthine	Piment, paprika	Colorant rouge.
Cinnamaldéhyde	Cannelle	Arôme, insecticide, fongicide.
Cuminaldéhyde	Cumin	Arôme, responsable de l'amertume.
Curcumine	Curcuma	Colorant jaune.
Estragol	Fenouil	Arôme.
Eucalyptol	Cardamome, laurier	Arôme, insecticide.
Eugénol	Cannelle, girofle	Arôme, antiseptique, anesthésiant.
Gingérol	Gingembre	Responsable de la sensation de pseudo-chaleur.
Linalol	Coriandre, laurier	Arôme, insecticide.
Myristicine	Muscade, persil	Insecticide, psychotrope.
Pipérine	Poivre noir	Responsable de la sensation de pseudo-chaleur.
Vanilline	Vanille	Principal arôme alimentaire.

(*) Et je vous passe les structure moléculaires, mais j'aurais pu ...

http://www.comptoirafricain.be
Em@il: info@comptoirafricain.be

Find us on Facebook LinkedIn twitter Framasoft