

EPICES et PLANTES AROMATIQUES.

Aborder la question des épices suppose que l'on distingue les épices des plantes aromatiques, en réservant le nom d'épice à ce qui était historiquement considéré comme tel parce que provenant de contrées lointaines.

L'exemple type d'une épice est le poivre, et nous réservons ce nom aux graines issues d'une plante appartenant au genre botanique Piper.

-plusieurs espèces de ce genre sont à juste titre considérées comme des poivres :

LES VRAIS POIVRES

Piper nigrum : poivre noir, blanc ou rouge selon le degré de maturité de la baie de cette plante lianescente poussant dans les sous-bois tropicaux ; venant en général de l'Inde (côte de Malabar, Karimunda) mais aussi du Cambodge (variété Kampot) ou du Vietnam (variété Phu Quoc).

Le poivre vert est un Piper nigrum cueilli vert.

Piper longum, très populaire au temps de romains ce fût le premier poivre à atteindre l'Europe, actuellement il vient de Java ou du Cambodge.

Piper borbonense : une seule variété est bien diffusée Voatsiperifery venant du sud de Madagascar, souvent consommé non moulu.

Piper cubeba : poivre cubèbe de Java, introduit en Europe par les arabes qui le nommaient kbeb.

Toutes les autres épices appelées poivre le sont par abus de langage en référence à leur saveur plus ou moins piquante-brûlante.

LES FAUX POIVRES

Certains appartiennent à la famille des

Rutacées, comme le citron ou l'orange.

Poivre du Sichuan est un **Xanthoxylum piperitum** venant de Chine

Poivre Sansho est **Xanthoxylum Sansho** venant du Japon

Poivre Timut est un **Xanthoxylum armatum** poussant en altitude au Népal

Il existe un Xanthoxylum africain au Cameroun en pays Bamiléké donnant la baie Ganshu

Anacardiacées, famille de la mangue, de la noix de Cajou (fruit de l'anacardier) et de la pistache mais aussi du sumac.

Poivre rose ou baie rose provenant du Schinus Molle d'Amérique du sud .

Solanacées, famille de la tomate du poivron et de l'aubergine.

Poivre de Cayenne qui est en fait un piment ; comme le poivre rouge d'Afrique du nord qui est un paprika, tous deux étant botaniquement des Capsicum.

Myrtacées comme la myrte ou l'eucalyptus.

L'arbre *Pimenta dioica* donne une graine appelée Poivre de la Jamaïque ou quatre épice ayant la saveur à la fois de la cannelle, du clou de girofle, muscade et poivre.

Zingibéracées comme le gingembre. Poivre Maniguette *Aframomum meleguetta* ou graine du paradis, voisine des cardamome mais originaire d'Afrique, en particulier du Congo.

Sont également des épices car venant de pays lointains :

LA BADIANE : provenant d'un arbre nommé scientifiquement *Illicium verum* de la famille des Magnoliacées.

LA CARDAMOME : qui est de toute façon une zingibéracées qu'il s'agisse de *Alphonsoa subulatum* dont on consomme la graine brune venant du Cambodge et de *Elettaria cardamomum* graine verte venant de la côte Malabar en Inde.

LA CANNELLE : constituée de l'écorce du Canellier de Ceylan *Cinamomum Zeylanicum* ou de l'arbre à casse de Chine *Cinamomum cassia* moins parfumée.

LE CURCUMA : il provient également d'une zingibéracée *Curcuma longa* dont on consomme le rhizome réduit en poudre de couleur jaune orangé.

LA FEVE TONKA : venant d'un Teck brésilien *Dipteryx odorata* qui est une fabacée appartenant donc aux légumineuses, on l'appelle également coumaron ou coumarine.

LA GIROFLE : il s'agit du bouton floral de l'arbre tropical *Syzygium aromaticum* de la famille des Myrtacées comme la myrte ou l'eucalyptus.

LE GINGEMBRE : chef de file des Zingibéracées, rhizome du *Zingiber officinale* consommé cru ou confit.

LE MACIS : qui est l'arille entourant la noix muscade dans le fruit du Muscadier.

LA MUSCADE : noix muscade proprement dite est la graine contenue dans ce fruit du *Myristica fragrans* de la famille des myristicacées, elle fait partie de la composition du Coca Cola.

LE ROCOU : substance grasse contenue dans les fruits du *Bixa orellana* arbuste de la famille des bixacées utilisée par les populations locales pour donner aux lèvres une coloration rouge.

LE SAFRAN : constitué par le style et les stigmates isolés par une cueillette longue et délicate de la fleur mauve d'un crocus à floraison automnale *Crocus sativus*, il est naturellement

présent en Crète puis cultivé au proche Orient, puis en Inde, il appartient à la famille des iridacées.

LE SUMAC : baie d'un arbuste de la famille des anacardiées comme le pistachier, poussant à l'état naturel sur les collines d'Anatolie ayant une saveur acidulée évoquant le citron en moins aromatique et plus pointu.

LA VANILLE : fruit d'une orchidée grimpante, dont la pollinisation manuelle augmente la production.

LE PIMENT : fruit d'une plante de la famille des solanacées il s'agit toujours d'un Capsicum originaire d'Amérique du Sud, et l'on distingue les Capsicum annum qui est à l'origine du poivre de Cayenne et du Paprika mais aussi du piment d'Espelette et du piment doux de Gascogne, le Capsicum baccatum qui donne les aji du Chili piment « enragé » et certains poivres de Cayenne, Capsicum chinense qui vient d'Amérique centrale piment habanero, piment cabri, piment antillais, Capsicum pubescens donnant le piment Rocoto, Capsicum frutescens donnant le fameux Tabasco et certains poivres de Cayenne.

L'échelle de force de Scoville est une échelle subjective qui classe du plus brûlant : 9, au plus doux : 2 ou 3, les différents piments.

En classe 9 on retrouve le Piment Naga viper, le Piment Guajilo du Mexique ,le Piment du Rajasthan ; en classe 2 ou 3 le piment Niora d'Espagne ; quant au piment d'Espelette il est généralement de classe 5, cette échelle n'est qu'approximativement représentative de la teneur en Capsaïcine qui est responsable de la sensation brûlante ressentie sur la langue.

Ainsi Capsicum annum notre poivron cultivé dans les potagers est classé parmi les épices quand il donne le Paprika et le piment d'Espelette, et dans les plantes aromatiques quand il n'est que le poivron légume, il fait la transition avec les plantes aromatiques qui sont couramment cultivées en Europe :

Famille des ombellifères : Aneth, Anis vert, Carvi, Coriandre, Cumin, Céleri et Fenouil tous de la famille des ombellifères.

Famille des légumineuses : Fenugrec, Trigonella foenum graecum famille des légumineuses fabacées comme la fève Tonka et le Régliasse, racine de Glycirrhiza glabra .

Famille des cupressacées : Genièvre.

Famille des Linacées : le Lin, Linum usatissimum.

Famille des crucifères : Moutarde Sinapis alba et Sinapis nigra sont des crucifères, comme le chou ou le radis.

EPICES et PLANTES AROMATIQUES.

Famille des renonculacées : Nigelle, *Nigella sativa* , on l'appelle cumin noir ou poivre.

Famille des papavéracées : Pavot bleu, graine bleuâtre mûre ne contenant pas les principes narcotiques de la graine immature ou de la capsule du *Papaver somniferum* papavéracées.

Famille des composées Asteracées : *Artemisia dacunculus*.

Comme les herbes aromatiques du potager français :

Famille des ombellifères : Persil, Cerfeuil, Céleri, Fenouil, Coriandre, Cumin

Famille des labiées : Sauge , Menthe, Thym, Marjolaine, Origan, Hysop et bien sûr Basilic de la famille des labiées.

Famille des Lauracées : Laurier de la famille des lauracées.

Famille des Liliacées : Ciboulette *Allium schoenoprasum*, qui est un ail d'origine alpine utilisé frais dans diverses préparations, famille des liliacées comme l'oignon et l'ail.

EPICES et PLANTES AROMATIQUES.

Les bonnes associations :

- Aneth, Coriandre avec Tomate ou Concombre.
- Coriandre et ail
- Thé au lait à l'indienne avec Cardamome, Cannelle , Gingembre.
- L'aromate accompagnant le munster est le Carvi et non le Cumin
- Fénu grec moulu, avec Amandes grillées et graine de sésame dans un peu de crème éclaircie d'un jus de citron vert,

On utilise les jeunes pousses revenues au beurre sur un poisson

On l'utilise en mélange avec les autres épices pour harmoniser le mélange

- Moutarde mise en valeur par l'association Gingembre Curcuma
- Association Vanille et Macis
- Association graine Pavot et graine de Sésame
- Sumac avec Thym et Sésame torréfié ou non.
- Cumin torréfié et menthe ou Cumin et Paprika.
- Fève Tonka à raper comme la muscade, avec piment doux.
- Girofle, clou de girofle piqués sur un oignon.
- Muscade avec un beurre citronné, ou Muscade et Vanille.
- Safran et Coing.
- Anis étoilé, poivre Sansho piment doux et gingembre.
- Cumin torréfié et menthe poivrée.
- Cumin et Paprika de Hongrie.
- Fraises avec anis vert et gingembre et un peu de cannelle ou tout simplement estragon frais.