



< retour

Epicerie

Pain d'épices



Aimez-vous cet ingrédient ?

IMPRIMER [1]

TÉLÉCHARGER [2]

À PROPOS DE

CARACTÉRISTIQUES

Saisonnalité :



Type : Pain

Origine : Chine

Famille :

Le pain d'épices est un gâteau à base de farine de seigle ou de froment, de miel et d'épices. C'est un pain très sucré de couleur brune et relativement pauvre en matière grasse. Il peut également contenir des jaunes d'œufs, du lait

Il est préférable de ne tailler le pain d'épices qu'au moment de l'utiliser pour en retarder le

dessèchement et lui conserver toute sa saveur.

COMMENT CHOISIR ?

En 2008 Reims renoue avec la tradition du pain d'épices puisque la plus ancienne biscuiterie de France a relancé la production de Pain d'épices de Reims avec la recette originale à base de farine de seigle.

QUE FAIRE AVEC ?

Le pain d'épices se consomme nature et peut être tartiné de confiture.

COMMENT CONSERVER ?

Se congèle : oui

Le conserver sous cellophane car il sèche rapidement.

VALEURS NUTRITIVES (pour 100g*)

calories	protéines	glucide	lipide	magnesium
326 kcal	2,98 g	71,70 g	2,39 g	14,30 mg
calcium	sodium	acides gras saturés	cholestérol	phosphore
4,00 mg	162,00 mg	0,23 g	2,00 mg	88,00 mg
sucré	fibre	cuivre	zinc	fer
44,90 g	2,77 g	0,11 mg	0,50 mg	1,10 mg
manganèse				
0,50 mg				

[Afficher plus](#)

* Source de données : AFSSA

HISTOIRE

Le pain d'épices existe depuis le XIème siècle. Les troupes de Genghis Khan, puis les

Arabes et les Croisés connaissaient déjà ce doux parfum d'épices. A l'époque le pain d'épices se dégustait comme un aliment de rationnement et non comme une friandise.

Mini croques pain d'épices et foie gras [3]

[En savoir plus \[3\]](#)

Tartare minute de mangues et crumble aux épices [4]

[En savoir plus \[4\]](#)

Foie gras sur toasts de pain d'épices [5]

[En savoir plus \[5\]](#)

Croquant de pain d'épices et fruits d'hiver [6]

[En savoir plus \[6\]](#)

Pain d'épices perdu "à la coque", crème cannelle [7]

[En savoir plus \[7\]](#)

Coupe de pêches, verveine et pain d'épice [8]

[En savoir plus \[8\]](#)

Pâte de pain d'épices [9]

[En savoir plus \[9\]](#)

Tournedos de filet mignon en croûte de pain d'épices [10]

[En savoir plus \[10\]](#)

Crumble aux poires et au pain d'épices [11]

[En savoir plus \[11\]](#)

Carbonnade de cheval [12]

[En savoir plus \[12\]](#)

1

2

[13]



[13]

dernier »

[13]

Liens

[1] <https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/15262>

[2] <https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/15262>

[3] <https://www.qooq.com/recipes/mini-croques-pain-depices-et-foie-gras>

[4] <https://www.qooq.com/recipes/tartare-minute-de-mangues-et-crumble-aux-epices>

[5] <https://www.qooq.com/recipes/foie-gras-sur-toasts-de-pain-depices>

[6] <https://www.qooq.com/recipes/croquant-de-pain-depices-et-fruits-dhiver>

[7] <https://www.qooq.com/recipes/pain-depices-perdu-la-coque-creme-cannelle>

[8] <https://www.qooq.com/recipes/coupe-de-peches-verveine-et-pain-depice>

[9] <https://www.qooq.com/recipes/pate-de-pain-depices>

[10] <https://www.qooq.com/recipes/tournedos-de-filet-mignon-en-crouste-de-pain-depices>

[11] <https://www.qooq.com/recipes/crumble-aux-poire-et-au-pain-depices>

[12] <https://www.qooq.com/recipes/carbonnade-de-cheval>

[13] <https://www.qooq.com/ingredients/pain-depices?page=1>