



< retour

Epicerie

Piment d'Espelette



Aimez-vous cet ingrédient ?

IMPRIMER [1]

TÉLÉCHARGER [2]

À PROPOS DE

CARACTÉRISTIQUES

Saisonnalité :



Type : Epices

Origine : Amérique du Sud, Pays

Basque

Famille : Solanacées

Poids moyen : 2g

Originaire du Pays Basque, le piment d'Espelette (ordinairement présenté en poudre) relève tous les plats avec force et douceur ! D'une saveur équilibrée, il se situe à 4 sur l'échelle de Scoville qui note la force des piments. Sa saveur de pain grillé, de tomate et de foin séché relève avec élégance les plats de légumes, les poissons, le porc... Relevé mais pas agressif, c'est le piment préféré de nombreux grands chefs.

Au Pays Basque, le piment d'Espelette est souvent utilisé à la place du poivre.

VARIÉTÉS

Le piment d'Espelette est le fruit d'une plante herbacée de la famille des solanacées, comme la tomate ou l'aubergine. Ces piments sont issus d'une sélection et c'est aujourd'hui la variété Gorria qui est utilisée.

COMMENT CHOISIR ?

Le piment d'Espelette est protégé par une A.O.P (Appellation d'Origine Protégée) depuis 2000, qui garantit sa provenance et sa qualité. Veiller à ce que le flacon de piment d'Espelette en poudre soit estampillé d'un macaron rouge et vert, mentionnant "«AOC piment d'Espelette - Ezpeletako Biperra»".

QUE FAIRE AVEC ?

Utilisé pour aromatiser les charcuteries, le piment d'Espelette entre dans la composition de nombreux plats basques comme l'axoa de veau (à base de veau haché), la piperade, le poulet basquaise, les chipirons. Plus quotidiennement, il est délicieux saupoudré sur des œufs au plat, ou pour relever une sauce. Le piment d'Espelette se marie également très bien au chocolat noir et aux desserts à base de fruits rouges : parfait pour réveiller une mousse ou un fondant au chocolat, et également sur la salade de fruits rouges estivale.

COMMENT PRÉPARER ?

Le piment d'Espelette en poudre est généralement ajouté aux plats au dernier moment afin que la chaleur et la cuisson n'altèrent pas son goût.

COMMENT CONSERVER ?

Se congèle : oui

Si le piment d'Espelette en corde garde ses qualités gustatives longtemps, il est conseillé de conserver la poudre dans un pot hermétique, à l'abri de l'air, de la lumière et surtout de l'humidité. S'il n'arbore plus sa belle couleur rouge-orangée, c'est qu'il a hélas perdu tous ses parfums : le piment d'Espelette en poudre ne se conserve pas plus d'un an.

VALEURS NUTRITIVES (pour 100g*)

Comme tous les piments, le piment d'Espelette est très riche en anti-oxydants. Néanmoins, les quantités consommées sont si faibles que cet effet reste marginal. Sa saveur permet d'utiliser moins de sel dans un plat, une propriété très utile à toutes les personnes cherchant à limiter leur apport en sel.

calories 318 kcal	protéines 12,01 g	glucide 56,63 g	lipide 17,27 g	magnésium 152,00 mg
calcium 148,00 mg	sodium 30,00 mg	acides gras saturés 3,26 g	phosphore 293,00 mg	sucre 10,34 g
fibre 27,20 g	cuivre 0,37 mg	zinc 2,48 mg	fer 7,80 mg	manganèse 2,00 mg
vitamin B1 0,33 mg				

[Afficher plus](#)

* Source de données : AFSSA

HISTOIRE

Venu d'Amérique du Sud, le Piment d'Espelette a été introduit au Pays Basque vers le 16ème siècle, et utilisé en médecine puis en cuisine, notamment comme assaisonnement et comme conservateur. Il a donné son goût aux charcuteries du Pays Basque. Cultivé autour du village d'Espelette, il nécessite un micro-climat unique pour se développer, qui lui donne les saveurs douces et fruitées qui ont fait sa renommée. Les cordes de piment d'Espelette comportant au moins 20 fruits accrochés par le pédoncule, sèchent encore traditionnellement sur les façades des maisons du Pays Basque.

Velouté d'asperges [3]

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

Potage aux concombres [4]

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

Gambas poêlées [5]

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

Mousse au chocolat et au piment d'espelette [6]

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

Carpaccio de magret de canard aux épices [7]

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

Cuillères d'artichaut à l'huile piquante [8]

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

Granité d'asperges [9]

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

Encornets poêlés au piment d'espelette, tomates grappa et tapenade [10]

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

Salade de homard [11]

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

Calamars au piment d'espelette [12]

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

1

2

[13]



[13]

dernier »

[13]

Liens

[1] <https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/15282>

[2] <https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/15282>

[3] <https://www.qooq.com/recipes/veloute-dasperges-0>

[4] <https://www.qooq.com/recipes/potage-aux-concombres>

[5] <https://www.qooq.com/recipes/gambas-poelees>

[6] <https://www.qooq.com/recipes/mousse-au-chocolat-et-au-piment-despelette>

[7] <https://www.qooq.com/recipes/carpaccio-de-magret-de-canard-aux-epices>

[8] <https://www.qooq.com/recipes/cuilleres-dartichaut-lhuile-piquante>

[9] <https://www.qooq.com/recipes/granite-dasperges>

[10] <https://www.qooq.com/recipes/encornets-poeles-au-piment-despelette-tomates-grappa-et-tapenade>

[11] <https://www.qooq.com/recipes/salade-de-homard>

[12] <https://www.qooq.com/recipes/calamars-au-piment-despelette>

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