



< retour

*Epicerie*

# Poivre



Aimez-vous cet ingrédient ?

IMPRIMER [1]

TÉLÉCHARGER [2]

## À PROPOS DE

## CARACTÉRISTIQUES

### Saisonnalité :



**Type :** Poivre

**Origine :** Inde

**Famille :** Pipéracées

Le poivrier ne pousse que sous les climats tropicaux très chauds et très humides. Il en existe plusieurs centaines d'espèces. Les tiges ligneuses et lisses peuvent atteindre jusqu'à 10 m de hauteur et sont soutenues à l'aide de tuteurs. Le tronc et les tiges sont pourvus de racines aériennes qui peuvent se fixer sur les arbres. Les feuilles ovales en forme de palmes sont vert foncé. Après 3 ou 4 ans, de petites fleurs blanches, regroupées en épis allongés,

donnent naissance à des grappes de petits fruits globuleux qui passent du vert au rouge puis au brun en mûrissant. Les grains de poivre vert, de poivre noir et de poivre blanc proviennent de la même plante. En fait, ils correspondent à différents stades de mûrissement.

**La saveur du poivre s'accroît lorsque les aliments sont congelés.**

## VARIÉTÉS

Il existe de nombreuses variétés de poivre :

**Poivre vert :** Le poivre vert provient de fruits cueillis lorsqu'ils sont encore verts. Il est peu piquant et légèrement fruité. On le conserve dans une saumure, dans le vinaigre, ou alors séché.

**Poivre noir :** Le poivre noir provient de fruits cueillis lorsqu'ils commencent à devenir rouges, à moitié mûrs. Ils sont mis à sécher et deviennent ridés, de couleur noirâtre. Le poivre noir est le plus piquant et le plus aromatique des poivres.

**Poivre blanc :** Le poivre blanc provient de fruits cueillis très mûrs, complètement rouges. Ces fruits sont mis à tremper dans l'eau salée pendant quelques jours afin de dissoudre l'enveloppe extérieure noirâtre qui recouvre le grain (qui, lui, est blanc à l'intérieur), puis ils sont séchés. Le poivre blanc est plus doux que le poivre noir.

**Poivre gris :** Le poivre gris est du poivre noir à peine lavé et possédant encore son enveloppe. Il est assez rare sur le marché et toujours moulu. Il peut aussi consister en un mélange de poivre noir et de poivre blanc. Le poivre gris est plutôt doux. Ces différents poivres contiennent de la pipérine, un alcaloïde, qui leur donne leur saveur particulière.

**Poivre rose :** Le poivre rose (ou poivre rouge) provient d'une espèce différente {Schinus molle), un sous-arbrisseau sud-américain de la famille de l'herbe à poux (anacardiacees). Comme cette dernière, il semble qu'il pourrait causer de l'allergie. C'est une baie déshydratée de saveur délicate, parfumée et légèrement piquante, qui s'altère rapidement.

**Poivre de Java :** Originaire d'Indonésie ce poivre à l'aspect d'un petit chaton de noisetier et il a la saveur piquante du poivre classique, en plus aromatique.

**Poivre de Jamaïque :** Ce poivre est une aromate proche du clou de girofle. Il est aussi appelé "Giroflée" ou piment de la Jamaïque son goût est entre le menthol et la cannelle.

## COMMENT CHOISIR ?

Le poivre est commercialisé entier, concassé ou moulu, nature ou assaisonné (poivre à l'oignon, à l'ail, au céleri, au citron, etc.). Le poivre vert est vendu saumuré, vinaigré ou

séché. Pour obtenir le maximum de saveur, il est préférable d'acheter le poivre en grains et de le mouliner au moment de l'incorporer à un mets ou à une préparation. Choisir des grains lourds, compacts, peu friables et d'une coloration uniforme. Le poivre moulu peut contenir des impuretés, être moisi ou être falsifié, c'est-à-dire avoir été mélangé avec un aromate moins coûteux. L'acheter de préférence dans un endroit où le renouvellement des stocks est rapide pour obtenir un maximum de saveur et d'arôme.

## QUE FAIRE AVEC ?

Le poivre est une des épices les plus employées dans le monde. On l'ajoute à presque tous les aliments salés, chauds ou froids: sauces, légumes, viandes, charcuteries, vinaigrettes et même certains desserts. Le poivre blanc assaisonne souvent les aliments où il peut passer inaperçu, tels les sauces blanches, la volaille et le poisson. Les grains entiers aromatisent les marinades, les pâtés, la charcuterie, les fromages et les soupes, les courts-bouillons et les ragoûts.

## COMMENT PRÉPARER ?

Le poivre moulu perd de sa saveur et de son arôme s'il cuit pendant plus de deux heures. Ajouter le poivre moulu en toute fin de cuisson afin d'éviter qu'il ne devienne amer.

## COMMENT CONSERVER ?

Se congèle : oui

Le poivre entier se conserve indéfiniment à la température de la pièce. La durée de conservation du poivre moulu est de trois mois. Le poivre vert se conservera une semaine une fois le contenant entamé, sinon pendant un an.

## VALEURS NUTRITIVES (pour 100g\*)

On dit le poivre tonique, stimulant, carminatif et antibactérien. Il contient de la pipérine, un alcaloïde qui irrite la muqueuse de l'estomac, mais qui active la salivation et la production de sécrétions gastriques et qui aide la digestion. À forte dose, le poivre devient irritant et échauffant.

calories	protéines	glucide	lipide	magnesium
255 kcal	10,95 g	64,81 g	3,26 g	194,00 mg
calcium	sodium	acides gras saturés	phosphore	sucre
437,00 mg	44,00 mg	0,98 g	173,00 mg	0,64 g



[Afficher plus](#)

\* Source de données : AFSSA

## HISTOIRE

Fruit du poivrier, arbrisseau grimpant originaire de l'Inde, le poivre est consommé depuis des temps immémoriaux. Il a joué un rôle important au long de l'Histoire; il servit d'offrande aux dieux, d'impôt, de monnaie et de rançon. Lors de la chute de Rome, le poivre servait de monnaie d'échange pour payer les tributs aux envahisseurs barbares. Pendant tout le Moyen Âge, on se servit du poivre comme monnaie, la richesse d'un homme se mesurait alors à ses stocks de poivre. Cette épice rehaussait le goût des aliments et était fort utile pour masquer le manque de fraîcheur, notamment pour la viande faisandée, condition fréquente avant l'invention des méthodes modernes de conservation. La recherche du poivre incita des explorateurs à prendre la mer et fut à l'origine de la découverte de continents. Le commerce du poivre a contribué à la richesse de grandes cités marchandes européennes et arabes. L'Indonésie et l'Inde sont les deux plus importants producteurs de poivre.

## Salade de fèves au citron confit, chèvre frais et piment de jamaïque [3]

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

## Cuillères d'artichaut à l'huile piquante [4]

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

## Crème de foie gras en cuillères [5]

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

## Steak au poivre [6]

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

## Foie gras en bocal [7]

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

## Verrines de pruneaux, pain d'épices et foie gras [8]

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

## Soupe froide d'artichauts à l'huile de truffe [9]

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

## Soupe froide de petits pois [10]

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

---

### Liens

[1] <https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/15297>

[2] <https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/15297>

[3] <https://www.qooq.com/recipes/salade-de-feves-au-citron-confit-chevre-frais-et-piment-de-jamaique>

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

[5] <https://www.qooq.com/recipes/creme-de-foie-gras-en-cuilleres>

[6] <https://www.qooq.com/recipes/steak-au-poivre>

[7] <https://www.qooq.com/recipes/foie-gras-en-bocal>

[8] <https://www.qooq.com/recipes/verrines-de-pruneaux-pain-depices-et-foie-gras>

[9] <https://www.qooq.com/recipes/soupe-froide-dartichauts-lhuile-de-truffe>

[10] <https://www.qooq.com/recipes/soupe-froide-de-petits-pois>