< retour

Epicerie

Arôme naturel de vanille

Aimez-vous cet ingrédient ?

IMPRIMER [1]
TÉLÉCHARGER [2]

- À PROPOS DE

CARACTÉRISTIQUES

Saisonnalité :

Type : Exotiques (Goyave, Papaye...)

L'arôme naturel de vanille est une préparation aqueuse dans laquelle on a fait macérer de la vanille. La concentration des produits vendus dans le commerce est en moyenne de 200 g par litre. On l'utilise beaucoup dans les gâteaux et les crèmes.

L'extrait de vanille liquide n'est souvent qu'une pâle imitation de la véritable vanille. Il perd

beaucoup d’arôme à la cuisson. L’ajouter si possible une fois la cuisson terminée.

VARIÉTÉS

Il existe une cinquantaine d’espèces de vanilliers. L’espèce Vanilla planifolia fournit la véritable vanille. La vanilline est également produite synthétiquement à partir de l’eugénol, l’essence du giroflier. Elle remplace souvent la vanilline du vanillier bien qu’elle n’ait pas sa finesse.

COMMENT CHOISIR ?

La vanille se vend en gousses, en poudre, en liquide ou en sucre vanillé. Le produit séché ou liquide n’est pas toujours pur, aussi est-il important de lire attentivement l’étiquette pour s’en assurer. La vanille pure a meilleur goût que la vanille artificielle. Son coût est beaucoup plus élevé.

QUE FAIRE AVEC ?

La vanille parfume notamment tapioca, compotes, crème glacée, yogourts et puddings. Elle est presque indispensable en pâtisserie, elle est également utilisée en confiserie et en chocolaterie. La vanille utilisée en très petite quantité peut relever certains mets salés, notamment soupes de poisson, moules et volailles. On la met aussi dans les boissons (punchs, vins, sangria et chocolat chaud) et on s’en sert en distillerie. La vanille en gousse s’utilise telle quelle, réduite en poudre (un mélangeur facilite la tâche) ou hachée finement.

COMMENT CONSERVER ?

Se congèle : oui
La vanille liquide se conserve dans un endroit sec à l'abri de la lumière.

VALEURS NUTRITIVES (pour 100g*)

On dit la vanille tonique, stimulante, digestive et antiseptique.

calories	protéines	glucide	lipide
273 kcal	0,30 g	66,60 g	0,60 g

* Source de données : AFSSA

HISTOIRE

Elle fut introduite en Europe par les Espagnols impressionnés par une boisson à base de cacao aromatisée de vanille dont se régalaient les Aztèques. Dès la fin du xvi e siècle, des usines espagnoles produisaient du chocolat à la vanille. Pendant longtemps, en Europe, la

vanille ne servit qu’à améliorer le goût du café et du chocolat. Le nom vanille vient de l’espagnol vanilla qui signifie «petite gaine» en référence à la forme de la gousse de vanille. Plusieurs pays tropicaux cultivent la vanille, dont le Mexique, le Guatemala, l’Ouganda, le Brésil, le Paraguay, les îles de l’océan Indien, l’Indonésie et Madagascar (le plus important producteur). La vanille la plus estimée provient du Mexique.

Il n'y a actuellement aucun contenu classé avec ce terme.

Liens

[1] https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/15366

[2] https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/15366