



< retour

Epicerie

Vinaigre balsamique



Aimez-vous cet ingrédient ?

IMPRIMER [1]

TÉLÉCHARGER [2]

À PROPOS DE

CARACTÉRISTIQUES

Saisonnalité :



Type : Vinaigres

Liquide condimentaire obtenu par l'action de bactéries qui transforment une solution alcoolisée en une solution contenant de 4 à 12% d'acide acétique. Les matières premières les plus diverses servent à la fabrication du vinaigre: vin, alcool éthylique (vinaigre blanc), cidre, canne à sucre, malt, vin de palme, dattes, oranges, bananes, riz, lait de coco. En fait tous les aliments susceptibles de produire une fermentation alcoolique peuvent être utilisés

pour faire du vinaigre. Toutefois, le vin et le cidre sont les meilleurs éléments de base pour le fabriquer.

L'obtention du vinaigre est fort simple, car la fermentation de l'alcool se produit spontanément au contact de l'air et en présence de micro-organismes. Elle se concrétise avec l'apparition d'un mince voile gris velouté qui recouvre le liquide. Ce voile s'enfonce petit à petit et se transforme en une masse gélatineuse appelée «mère de vinaigre».

Même s'il se produit naturellement, le vinaigre est le plus souvent fabriqué à partir d'une culture. Le procédé traditionnel et artisanal, dit «à l'ancienne», subsiste encore de nos jours mais il est beaucoup plus rare que le procédé industriel. Procédé traditionnel ou dit «procédé d'Orléans»

Consommé en trop grande quantité, le vinaigre peut irriter les muqueuses. Il est préférable de le remplacer par du jus de citron dans les cas de problèmes digestifs.

VARIÉTÉS

Le vinaigre balsamique est de couleur brun foncé, de densité fluide, quelque peu sirupeuse, et d'une acidité peu prononcée, de saveur caractéristique.

Vinaigre balsamique blanc : Limpide et transparent, son arôme est subtil et raffiné. Il assaisonne très bien, crudités, viande ou encore poisson.

Vinaigre vieux : Vinaigre de 8, 12 ou 25 ans d'âge, il s'achète en épicerie fine. Il assaisonne très bien des pâtes, des crudités, du parmesan ou encore des fruits.

COMMENT CHOISIR ?

Un bon vinaigre balsamique est fabriqué par des producteurs membres du consortium de Modène. L'étiquette du consortium garantit la qualité du vinaigre, fabriqué dans les règles de l'art. Pour le vinaigre balsamique, il existe deux étiquettes : la rouge indique que le vinaigre a moins de trois ans et la blanche, plus de trois ans.

QUE FAIRE AVEC ?

Le vinaigre a un usage varié en cuisine. Il sert de condiment, assaisonnant vinaigrettes, mayonnaises et moutardes. Son action acidifiante est mise à profit pour empêcher l'oxydation des fruits et des légumes (pommes, bananes, aubergines, etc.), pour retarder l'action des enzymes qui détruisent la vitamine C, pour prolonger la durée des aliments en prévenant le développement de bactéries nuisibles par la macération, les marinades et les conserves, et pour donner aux aliments une saveur aigre-douce. Le vinaigre sert aussi pour

les marinades de viande, de volaille et de gibier et pour les haricots secs, ces derniers nécessitent l'ajout du vinaigre en fin de cuisson car les ingrédients acides durcissent la peau des légumineuses. Il est utile pour déglacer. On l'emploie pour la cuisson des œufs en le versant dans l'eau, ce qui fait coaguler le blanc. La plupart des vinaigres sont interchangeables, ce qui permet de composer avec les saveurs. Néanmoins, certains vinaigres ont des utilisations plus spécifiques. C'est le cas du vinaigre blanc, moins parfumé, qui est l'ingrédient idéal des marinades et autres conserves, contrairement aux vinaigres de cidre et de malt qui transmettent beaucoup de couleur et de saveur; ils s'utilisent bien dans les marinades et les chutneys foncés et épicés. Le vinaigre de cidre apporte une légère saveur de pomme aux aliments. Le vinaigre balsamique est beaucoup plus un assaisonnement qu'un vinaigre. On le dit fragile, et il ne doit jamais bouillir. Pour les aliments cuits, on l'ajoute un peu avant la fin de la cuisson. On peut l'ajouter sur les aliments chauds (viandes grillées, sauces) avant de servir. On l'utilise en salade (en remplacement ou en combinaison avec le vinaigre de vin rouge), ou pour assaisonner une grande variété de mets: filet de bœuf, foie gras, poissons, homard et moules. On peut même asperger des fraises coupées d'un filet de vinaigre balsamique et les laisser macérer quelques minutes pour un résultat étonnant.

COMMENT CONSERVER ?

Se congèle : oui

Le vinaigre se conserve indéfiniment à la température de la pièce ou au frais s'il s'agit de vinaigre maison. Il est toujours comestible même s'il devient brouillé et qu'il s'y forme une mère de vinaigre, on peut le filtrer ou non.

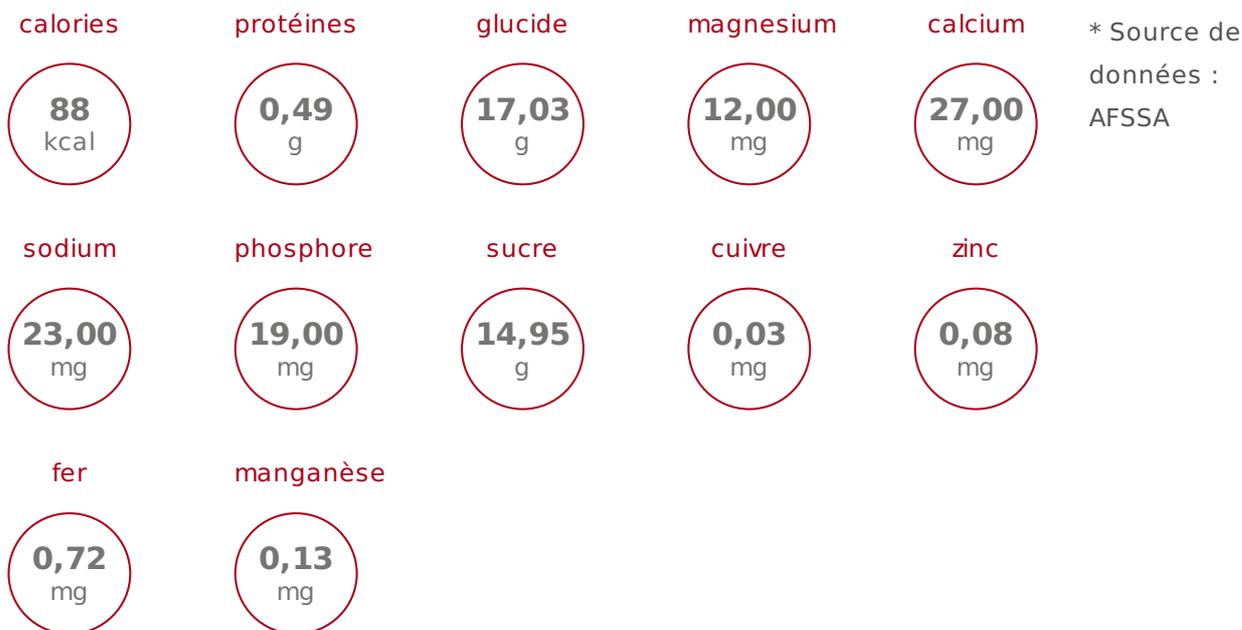
VALEURS NUTRITIVES (pour 100g*)

Le vinaigre est composé en grande partie d'eau (environ 95%). Il ne contient ni protéines, ni matières grasses, ni vitamines, très peu de glucides et très peu de calories, soit 2 calories par 15 ml. Le vinaigre non pasteurisé contient des minéraux en quantité infime, sauf le potassium et le phosphore dont la concentration est plus élevée.

Le vinaigre pasteurisé est presque dépourvu de minéraux. Plus le degré d'acide acétique est élevé, plus le vinaigre est acide; il contient habituellement entre 4 et 12% d'acide acétique. On attribue au vinaigre diverses propriétés médicinales, particulièrement s'il n'est pas pasteurisé. On l'utilise pour soulager blessures, piqûres d'insectes, brûlures, maux de tête et fatigue chronique. On croit qu'il est bénéfique pour le système digestif, favorisant l'appétit et la digestion et permettant d'éviter les gastro-entérites ou de les soigner.

En usage interne, on recommande d'en diluer 10 ml dans un verre d'eau, d'y ajouter si désiré un peu de miel et d'en prendre avant chaque repas ou au besoin. Consommé en trop grande quantité, le vinaigre peut irriter les muqueuses. Il est préférable de le remplacer par

du jus de citron dans les cas de problèmes digestifs.



HISTOIRE

L'origine du vinaigre est probablement aussi ancienne que celle du vin, car laissé à l'air libre, celui-ci devient rapidement acide. Le mot «vinaigre», qui contient les termes «vin» et «aigre», exprime cette transformation. On mentionne le vinaigre dans la Bible, et l'on sait que les Grecs et les Romains lui attribuaient des propriétés médicinales, les légionnaires buvaient du vinaigre allongé d'eau. Au xive siècle, Orléans, qui était un grand centre de transport de vin, devint très tôt un important centre de production du vinaigre. Jusqu'au xvii e siècle, le vinaigre était un sous-produit de la production de vin et de bière; ce n'est que par la suite que le vinaigre devint une production à part entière. La corporation des vinaigriers vit le jour à Orléans en 1394; aujourd'hui, cette ville est toujours un lieu de production important de vinaigre.

Figues rôties au vinaigre balsamique [3]

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

Homard bleu cuit à la nage, deux tomates, mozzarella et balsamique [4]

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

Vinaigrette aux noisettes [5]

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

Mini tatins de tomate au vinaigre balsamique [6]

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

Côtes de porc glacées au sirop d'érable [7]

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

Coleslaw de betterave [8]

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

Réduction de porto rouge [9]

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

Caramel de balsamique à l'ail [10]

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

Caramel au vinaigre balsamique [11]

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

Cubes de gelée de vinaigre balsamique [12]

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

1

2

[13]



[13]

dernier »

[13]

Liens

[1] <https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/15368>

[2] <https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/15368>

[3] <https://www.qooq.com/recipes/figues-roties-au-vinaigre-balsamique>

[4] <https://www.qooq.com/recipes/homard-bleu-cuit-la-nage-deux-tomates-mozzarella-et-balsamique>

[5] <https://www.qooq.com/recipes/vinaigrette-aux-noisettes>

[6] <https://www.qooq.com/recipes/mini-tatins-de-tomate-au-vinaigre-balsamique>

[7] <https://www.qooq.com/recipes/cotes-de-porc-glacees-au-sirop-derable>

[8] <https://www.qooq.com/recipes/coleslaw-de-betterave>

[9] <https://www.qooq.com/recipes/reduction-de-porto-rouge>

[10] <https://www.qooq.com/recipes/caramel-de-balsamique-lail>

[11] <https://www.qooq.com/recipes/caramel-au-vinaigre-balsamique>

[12] <https://www.qooq.com/recipes/cubes-de-gelee-de-vinaigre-balsamique>

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