



< retour

Epicerie

Vinaigre de cidre



Aimez-vous cet ingrédient ?

IMPRIMER [1]

TÉLÉCHARGER [2]

À PROPOS DE

CARACTÉRISTIQUES

Saisonnalité :



Type : Vinaigres

Le vinaigre de cidre s'obtient par oxydation de l'éthanol dans le cidre. Le terme « vinaigre » provient de l'expression « vin aigre ». Le cidre se transforme en vinaigre notamment sous l'action de la bactérie acétique *Acetobacter suboxydans*. Le vinaigre de cidre posséderait bien des vertus.

Le vinaigre de cidre nous assure un renouvellement minéral constant. Il concentre et favorise l'absorption de plusieurs minéraux essentiels tel que le calcium.

COMMENT CHOISIR ?

Le véritable vinaigre de cidre est fabriqué à partir d'un jus de pomme naturel; il est ensuite vieilli en fûts de chêne pendant 10 à 12 mois à une température contrôlée et il est non-pasteurisé. Il est important d'acheter un vinaigre de cidre d'origine, c'est-à-dire pur à 100%.

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. Les vinaigres de cidre et de vin blanc sont excellents avec le poisson, les crustacés et les coquillages, les fruits et les sauces fines comme la hollandaise et la béarnaise. Le vinaigre de vin rouge ajoute du piquant et relève le goût des aliments un peu fades; il agrmente très bien le foie de veau et les apprêts de viandes rouges. Le vinaigre de riz, chinois ou japonais, est généralement doux et assaisonne très bien les crudités ainsi que les soupes et plats aigres-doux. 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 de cidre contient plus d'une trentaine de substances nutritives importantes, une douzaine de minéraux, plus d'une demi-douzaine de vitamines et d'acides essentiels, plusieurs enzymes et une bonne quantité de pectine.

Il est très riche en potassium et en oligo-éléments comme le phosphore, le soufre, le fer, le fluor, le calcium, le magnésium, le silicium, le bore etc.

calories	glucide	magnesium	calcium	sodium	* Source de données : AFSSA
22 kcal	0,93 g	5,00 mg	7,00 mg	5,00 mg	
phosphore	sucre	cuivre	zinc	fer	
8,00 mg	0,40 g	0,01 mg	0,04 mg	0,20 mg	
manganèse					
0,25 mg					

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 xiv^e 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.

Escavêche anorienne [3]

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

Pickles de gombo [4]

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

Purée de betteraves [5]

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

Blanc de seiche et purée de betterave [6]

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

Vinaigrette huile d'olive et fruits de la passion [7]

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

Sauce caramel au vinaigre de cidre [8]

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

Poireaux mimosa [9]

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

Salade acidulée au saumon fumé, radis noir et betterave rouge [10]

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

Andouille confite et pommes au vinaigre de cidre [11]

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

Pickles de légumes au vinaigre de cidre et graines de moutarde [12]

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

Liens

[1] <https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/15647>

[2] <https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/15647>

[3] <https://www.qooq.com/recipes/escaveche-anorienne>

[4] <https://www.qooq.com/recipes/pickles-de-gombo>

[5] <https://www.qooq.com/recipes/puree-de-betteraves>

[6] <https://www.qooq.com/recipes/blanc-de-seiche-et-puree-de-betterave>

[7] <https://www.qooq.com/recipes/vinaigrette-huile-dolive-et-fruits-de-la-passion>

[8] <https://www.qooq.com/recipes/sauce-caramel-au-vinaigre-de-cidre>

[9] <https://www.qooq.com/recipes/poireaux-mimosa>

[10] <https://www.qooq.com/recipes/salade-acidulee-au-saumon-fume-radis-noir-et-betterave-rouge>

[11] <https://www.qooq.com/recipes/andouille-confite-et-pommes-au-vinaigre-de-cidre>

[12] <https://www.qooq.com/recipes/pickles-de-legumes-au-vinaigre-de-cidre-et-graines-de-moutarde>

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