< retour

Epicerie

Agar-agar

Aimez-vous cet ingrédient ?

IMPRIMER [1]
TÉLÉCHARGER [2]

À PROPOS DE

CARACTÉRISTIQUES

Saisonnalité :

Type : Gélifiants

Substance mucilagineuse transparente qui s'utilise comme la gélatine et qu'il peut d'ailleurs remplacer. Les aliments raffermis avec l'agar-agar sont plus fermes et fondent plus difficilement que ceux qui sont raffermis avec de la gélatine. On obtient l'agar-agar à partir de certaines espèces d'algues rouges (généralement celles du genre Gelidium). Il se compose de deux polysaccharides (ou glucides), l'agarose et l'agaropectine, dans une proportion de 7

à 3. Selon le procédé traditionnel, on hache l'algue séchée et on l'ébouillante dans de l'eau additionnée d'un ingrédient acide (acide acétique ou acide sulfurique dilué). Le liquide chaud est ensuite filtré pour éliminer les morceaux d'algues hachées restants, puis neutralisé par un agent alcalin tel le bicarbonate de sodium. Une gelée se forme lorsque la température s'abaisse au-dessous de 40 °C. Pour débarrasser cette gelée de son arrière-goût d'algue et de sa légère coloration, on la congèle, puis on la dégèle et on la déshydrate. On effectue cette opération à deux ou trois reprises.

Lorsque l'on cuisine l'agar-agar en barre, réduire celle-ci en petits morceaux avant d'ajouter le liquide et de la faire fondre.

COMMENT CHOISIR ?

L'agar-agar s'achète sous forme de poudre, de flocons, de barres ou de filaments. On le trouve dans des magasins d'alimentation naturelle.

QUE FAIRE AVEC ?

L'agar-agar sert à la confection de gelées à base de jus ou de purées. Il est populaire auprès des végétariens qui n'aiment pas se servir de la gélatine, qui est d'origine animale.
L'industrie alimentaire utilise l'agar-agar entre autres comme stabilisateur pour les gelées de fruits, la crème, le lait aromatisé, la crème glacée et les sorbets.

COMMENT PRÉPARER ?

Il est nécessaire de les faire bouillir 8 à 10 minutes.

COMMENT CONSERVER ?

Se congèle : oui
L'agar-agar se conserve au réfrigérateur.

VALEURS NUTRITIVES (pour 100g*)

Les algues rouges sont riches en vitamines A et C ainsi qu'en calcium.

calories	protéines	glucide	magnesium	calcium
26 kcal	0,50 g	7,00 g	67,00 mg	54,00 mg

sodium	sucre	fibre	fer
9,00 mg	0,30 g	0,50 g	1,00 mg

* Source de données : AFSSA

HISTOIRE

Agar est un mot malais signifiant «algue».

Pâtes de fruits [3]

En savoir plus [3]

Caviar de cacao [4]

En savoir plus [4]

Gelée de petits pois [5]

En savoir plus [5]

Mousse de banane [6]

En savoir plus [6]

Cubes de gelée de vinaigre balsamique [7]

En savoir plus [7]

Flan de quinoa [8]

En savoir plus [8]

Gelée au café [9]

En savoir plus [9]

Blanc-manger coco vanille à l'agar agar [10]

En savoir plus [10]

Entremets végétal poire vanille [11]

En savoir plus [11]

Mousse végétale aux fraises [12]

En savoir plus [12]

Liens

[1] https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/15714
[2] https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/15714
[3] https://www.qooq.com/recipes/pates-de-fruits
[4] https://www.qooq.com/recipes/caviar-de-cacao
[5] https://www.qooq.com/recipes/gelee-de-petits-pois
[6] https://www.qooq.com/recipes/mousse-de-banane-0
[7] https://www.qooq.com/recipes/cubes-de-gelee-de-vinaigre-balsamique
[8] https://www.qooq.com/recipes/flan-de-quinoa
[9] https://www.qooq.com/recipes/gelee-au-cafe
[10] https://www.qooq.com/recipes/blanc-manger-coco-vanille-lagar-agar
[11] https://www.qooq.com/recipes/entremets-vegetal-poire-vanille
[12] https://www.qooq.com/recipes/mousse-vegetale-aux-fraises
[13] https://www.qooq.com/ingredients/agar-agar?page=1