



[< retour](#)

Epicerie

Poivre cinq baies



Aimez-vous cet ingrédient ?

[IMPRIMER](#) [1]

[TÉLÉCHARGER](#) [2]

• À PROPOS DE

CARACTÉRISTIQUES

Saisonnalité :



Type : Poivre

Le mélange de 5 Baies se compose de : Poivre noir, Poivre blanc, Poivre vert, Baies roses, Poivre de la Jamaïque. Le mélange des 5 baies est peu piquant et procure un goût chaleureux et aromatique. Ce mélange a été inventé vers les années 60. On trouve souvent une version moins onéreuse du mélange où le poivre blanc est remplacé par des graines de coriandre.

Préférer des baies en grains plutôt que moulues car elles perdent leur saveur.

Le 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.

Le 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.

Le 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.

Le 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.

Le poivre rose (ou poivre rouge) : 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.

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.). Pour obtenir le maximum de saveur, il est préférable d'acheter le poivre en grains et de le moudre 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.

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
fibre	cuivre	zinc	fer	manganèse
26,50 g	1,13 mg	1,42 mg	28,86 mg	5,63 mg
vitamin B1				
0,11 mg				

[Afficher plus](#)

* Source de données : AFSSA

HISTOIRE

Le Poivre cinq baies est un mélange de poivre noir, poivre blanc, poivre vert, baies roses et poivre de la Jamaïque. Ce poivre procure un arôme prononcé tout en étant peu piquant. Il a

été inventé dans les années 1960. Une variante moins onéreuse consiste à remplacer le poivre blanc par du coriandre.

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

Liens

[1] <https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/15845>

[2] <https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/15845>