< retour

Epicerie

Huile d'amande

Aimez-vous cet ingrédient ?

IMPRIMER [1]
TÉLÉCHARGER [2]

- À PROPOS DE

CARACTÉRISTIQUES

Saisonnalité :

Type : Huiles

Les fruits légèrement torréfiés donnent à l'huile d'amande douce une note grillée de beurre noisette. Son goût d'une grande finesse s'harmonise avec tous les aliments salés et sucrés.

C'est une excellente huile d'assaisonnement qui se révèle également une huile de cuisson très douce, s'accommodant notamment avec tous les poissons, le canard et le poulet.

COMMENT CHOISIR ?

L'huile d'amande se trouve en grandes surfaces, en épiceries fines et en pharmacies conditonnée en flacon de verre.

COMMENT CONSERVER ?

Se congèle : oui
Conserver l'huile à l'abri de l'air, de la lumière et de la chaleur dans un endroit frais. Le contenant devrait être étanche, étroit et profond. S'il s'agit d'huiles pressées à froid, le contenant doit être opaque ou foncé et de petit format. Ces dernières doivent être conservées au réfrigérateur, elles s'y conserveront un an, mais seulement quelques mois après l'ouverture.

Une huile pressée à froid conservée au réfrigérateur aura tendance à se solidifier et à former des amas blanchâtres comme des «flocons», ce qu'on appelle le floconnage. Ce phénomène n'altère aucunement la qualité ni le goût de l'huile qui redevient liquide à la température de la pièce.

VALEURS NUTRITIVES (pour 100g*)

L'amande est un fruit riche en huile, protéines et sels minéraux. Source de vitamines A et B l'huile d'amande douce stimule les fonctions intellectuelles, en particulier la mémoire. C'est de plus un tonique pour la vue. Bénéfique pour la croissance, la constipation, les convalescences.

calories	lipide	acides gras saturés	vitamin E	vitamin K
885 kcal	**100,00** g	**8,20** g	**39,20** mg	**7,00** µg

* Source de données : AFSSA

HISTOIRE

L'amandier, Prunus amygdalus, appartient à la famille des rosacées. Originaire d'Asie centrale, on le cultive aujourd'hui dans les régions méditerranéennes et en Afrique du Nord essentiellement, mais il pousse également à l'état sauvage. Cet arbre non épineux, mesurant entre 4 et 12 mètres, existe sous deux variétés: l'une à graines amères, qui donne une amande peu comestible, l'autre donnant l'amandon, qu'on appelle l'amande douce. Cette dernière est le fruit sec le plus produit au monde.

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

Liens

[1] https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/16062

[2] https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/16062