Cuisine du Pays de Bitche

FR 57089067 CE

« LA RONDE DES PLANTES ET AROMATES »

Veuillez trouver ci-joint la présentation et le descriptif des herbes et aromates

« MADE IN BITCHERLAND »

de nos partenaires Chris & Schengele, Paysans Herboristes.

Ceux-ci seront utilisés par nos chefs cuisiniers

lors de la 33ème édition de la semaine du goût.

chris-et-schengele.fr

cuisinepdb.fr

BASILIC CITRON

Histoire

Hybride entre le basilic et le basilic africain. Le basilic citron présente des feuilles plus petites que celles du basilic le plus commun et pointues à l'extrémité. c'est une plante populaire dans la gastronomie arabe, persane, indonésienne, laotienne et thaïlandaise

En cuisine

Le basilic citron est particulièrement recommandé pour la confection de plats de poissons. Il est également excellent en tisane. Plus généralement, le basilic citron s'utilise, au même titre que tous les basilics, dans les boissons, pâtes ou desserts. Il se marie particulièrement bien à l'aneth. On le consomme de préférence frais pour profiter au maximum de ses arômes.

Il existe également des recettes de beurre de basilic qui conserve parfaitement le parfum de la plante.

THYM

Histoire:
Originaire d'**Europe Méridionale**, le thym se présente aujourd'hui comme l'un des emblèmes de la **cuisine provençale**. D'ailleurs dans le Sud-Est de la France, il a un petit surnom bien connu: **farigoule**! Il a fallu attendre le XVIème siècle pour qu'il apparaisse en cuisine.

En cuisine : Le **thym** est également l'ami des pommes de terre, du pain ou des pâtes brisées : quelques feuilles de **thym** incorporées à vos pâtes à pain, à pizza ou à tarte leur confèrent un goût inimitable. Légumes, viandes, poissons, fromages ou fruits, le **thym** se marie avec de très nombreux ingrédients. Il se marie très bien à l'ail, aux olives et aux sauces à base de vin. on utilisera une huile aromatisée au **thym**, ou du **thym frais** dans nos pommes de terre sautées, nos rondelles de carottes ou dans une tarte aux légumes d'été. C'est aussi une herbe qui s'entend bien avec le poisson, pour parfumer une sauce blanche un peu citronnée par exemple. Il est parfait dans des **plats en sauce** ou encore des **plats mijotés**.

ESTRAGON RUSSE

Histoire: L'estragon de Russie (Artemisia dracunculus) est une plante herbacée vivace de la famille des Astéracées, cultivée pour ses feuilles parfumées à usage condimentaire et aromatique. L'estragon de Russie est une plante aromatique plus productive, plus robuste et plus vigoureuse que la variété française. La plante possède une saveur moins prononcée, un parfum subtil et un arôme plus léger que l'estragon français

En cuisine :Les feuilles d'estragon sont utilisées, fraîches ou séchées ou en poudre pour aromatiser des plats (lasagne, crudités, sauces, poissons…) ainsi que les conserves au vinaigre (cornichons, variantes). L'estragon fait partie des fines herbes. Il donne la saveur principale de la sauce béarnaise. Les jeunes tiges au début du printemps peuvent également être cuites comme une asperge de substitution. L'Estragon est une plante condimentaire à la saveur anisée qui s'utilise aussi bien fraîche que séchée.

MENTHE ANANAS

Histoire : Originaire du Moyen-Orient, la menthe ananas (Mentha rotundifolia 'Bowles') est une plante aromatique de la famille des Lamiaceae. Les Grecs pensaient qu'elle était aphrodisiaque ! et interdisaient à leurs soldats d'en consommer tant "elle incitait à l'amour » et diminuait le courage ...

En cuisine :**La menthe ananas est fréquemment utilisée en infusion, mais aussi en tant qu'aromate pour accompagner un plat, une salade, une salade de fruits ou une sauce. Elle parfume agréablement toutes sortes de desserts et glaces. La menthe ananas entre également dans la composition de certaines boissons, notamment les sirops, les liqueurs, les apéritifs et les cocktails.** une fois séchée, la menthe ananas peut se conserver longtemps. Sous cette forme, son arôme sera toutefois moins développé que lorsqu'elle vient juste d'être cueillie.

PERSIL PLAT

Histoire : Originaire du pourtour méditerranéen, le persil tire son nom de deux mots grecs : petros qui signifie « rocher » (le persil plat pousse souvent dans les terrains rocailleux) et selinon qui signifie « céleri ». Au IXème siècle Charlemagne introduisit la culture du persil en France et son usage alimentaire s'y généralisa. Aujourd'hui le persil est l'une des herbes aromatiques culinaires les plus populaires, et est cultivé sur les 5 continents. Il se récolte de mai à octobre dans l'hémisphère nord.

En cuisine : Indispensable en cuisine, délicieux et apprécié de tous, le persil se mélange parfaitement bien avec toutes les autres herbes. Il permet de régaler les yeux et le palais ! C'est une herbe à la saveur chaude herbacée qui saura accompagner tous vos plats. Sa légère amertume est parfaite pour équilibrer les plats salés comme les poêlées, les ragoûts, les soupes et les sauces. lpersil est l'ingrédient principal de beaucoup de recettes pleines de fraîcheur comme la salsa verde, le taboulé, l'aïoli et le pesto. Le persil est aussi le meilleur ami des salades et sa présence est indispensable dans les fines herbes, la persillade et le bouquet garni !

CIBOULETTE

Histoire : **Utilisée depuis plus de 5000 ans en Asie, elle a été rapportée en Europe par Marco Polo. Le terme "ciboulette" est apparu dans la langue française au 14e siècle, et auparavant, il semblerait qu'on l'appelait ciboule. Elle était également surnommée "appétits", pour faire allusion à ses propriétés apéritives.**

En cuisine : La ciboulette s'associe merveilleusement bien à une sauce au fromage blanc ou à la crème fraîche pour accompagner des légumes crus, mais aussi au poisson, en particulier le saumon, la volaille ou encore l'omelette. Pour la réalisation de plats chauds, ajoutez-la plutôt en fin de cuisson pour en préserver les saveurs.

ROMARIN

Histoire : Le romarin, ou rosmarinus officinalis de son nom en latin, trouve son origine en Europe du Sud, où il est depuis longtemps utilisé comme **aromate** et plante médicinale. Dans l'Antiquité, les Grecs le dédiaient à la déesse Aphrodite et les Romains le faisaient brûler pour son effet bienfaisant.

En cuisine : Le romarin relève les mets salés en leur apportant une touche provençale. Les pommes de terre et l'agneau sont les meilleures alliances. Il assaisonne également très bien les grillades, les viandes blanches, les tomates et le riz.