

# AFRIQUE

## MAGHREB & MOYEN-ORIENT

### CARVI BLOND (entier ou moulu)

Origine du produit : Égypte

Utilisation : Connu depuis plus de 5000 ans, les graines de carvi plates et arrondies dégagent un arôme chaud doux et légèrement poivré. Dans la cuisine orientale on emploie le carvi blond

### CORIANDRE (graines entières ou graines moulues)

Origine du produit : Maroc, Égypte, Europe de l'est, France

Utilisation : Ses graines minuscules et très roulantes entre dans la composition des champignons à la grecque. On retrouve son goût particulier dans les "spéculos", fameux gâteaux bruxellois. Ne pas l'oublier dans les tajines, les plats de volailles et de porcs

### CORIANDRE (feuilles)

Origine du produit : France

Utilisation : Aussi appelée « persil arabe » ou « persil chinois », la feuille de coriandre est l'une des plus anciennes épices. Elle a un goût très prononcé et s'utilise en petite quantité. Elle parfume agréablement les potages ou les gratins de légumes

### CUMIN (entier ou moulu)

Origine du produit : Inde, Chine, Afghanistan, Syrie

Utilisation : Il est indissociable des souks, de la cuisine du Maghreb et du Moyen-Orient. C'est un aromate indispensable pour les viandes d'agneau et les soupes. L'Europe du nord l'utilise dans la pâte de certains fromages. En Inde il entre dans la composition du Curry et donne un arôme léger aux plats de riz

## ÉPICES CHORBA (mélange)

Origine : Importations diverses, assemblées en France

Composition : Carvi, piment doux, coriandre (feuilles), curcuma, cannelle, gingembre, mélanges de diverses épices

Utilisation : assaisonnement pour préparation de soupes

## ÉPICES TAJINE (mélange)

Origine : Importations diverses, assemblées en France

Composition : Curcuma, gingembre, cannelle, macis, oignon, coriandre, poivre blanc, muscade, cardamome, piment doux, girofle

Utilisation : Pour tous vos tajines de viandes, de poissons ou de légumes

## MENTHE DOUCE (brisures)

Origine du produit : Égypte

Utilisation : Si on l'utilise pour la confection de desserts : gelées, compotes, salades de fruits, glaces, sorbets il ne faut pas l'oublier lors de la préparation du célèbre taboulé

## MOLOKHEYA (moulu)

Origine du produit : Égypte

Utilisation : C'est la poudre verte fabriquée avec la feuille séchée de la corète, une plante dont la feuille ressemble à celle des épinards. En Tunisie, après avoir fait revenir la viande dans l'huile, on la fait mijoter avec cette poudre, ce qui donne un équivalent de notre daube

## PURÉE DE PIMENT EXTRA-FORTE AU GINGEMBRE

Origine du produit : Sénégal

Composition : Piments frais, gingembre (9%), vinaigre d'alcool, sel, huile végétale

Utilisation : Purée de piments extra-forte, mais avec la saveur du gingembre... Une véritable explosion en bouche pour les viandes, les poissons, le riz, les pâtes...

## RAS-EL-HANOUD JAUNE (mélange)

Origine : Importations diverses, assemblées en France

Composition : Coriandre, curcuma, carvi, cumin, sel, piment fort, fenugrec, fenouil, ail, mélange de diverses épices

Utilisation : C'est un assaisonnement piquant typique de l'Afrique du Nord, pour plats orientaux et couscous

## RAS-EL-HANOUD ROUGE (mélange)

Origine : Importations diverses, assemblées en France

Composition : Piment doux, coriandre, sel, curcuma, piment fort, fenugrec, fenouil, ail, mélange de diverses épices

Utilisation : Moins piquant que le précédent

## SÉSAME DORÉ

Origine des produits : Turquie, Egypte

Utilisation : C'est une petite graine de couleur crème chargée d'huile. Le sésame est craquant en goût sur un tajine, lorsqu'on en parsème le plat au dernier moment. Essayez le aussi sur des petits légumes de printemps, poêlés ou sur un gratin en remplacement de la chapelure

## SUMAC (moulu)

Origine du produit : Turquie

Utilisation : Cette poudre acidulée, parfume les fruits de mer, le poisson, les viandes blanches, les salades et les kebabs dans tout le Moyen-Orient. Vous pouvez également la mélanger à un fromage blanc avec des fines herbes, elle devient une excellente sauce d'accompagnement ou une sauce apéritive originale

## ZAATAR (mélange)

Origine du produit : Maroc

Utilisation : Appelé aussi l' « organ d'Afrique », et « thym libanais », il est utilisé dans les potages orientaux ainsi que dans les tisanes. Le mélange est composé de sumac, de graines de sésame blanc et sésame doré, du thym moulu et 10 % de sel. Mélangé à de l'huile d'olive on peut y tremper son pain azyne

