



< retour

Fruits et légumes

Clou(s) de girofle



Aimez-vous cet ingrédient ?

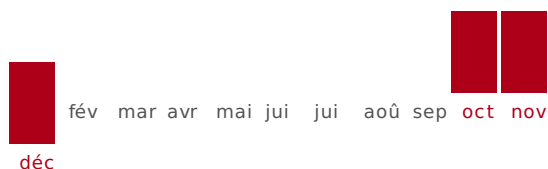
IMPRIMER [1]

TÉLÉCHARGER [2]

À PROPOS DE

CARACTÉRISTIQUES

Saisonnalité :



Type : Herbes

Origine : Asie

Famille : Myrtacées

Poids moyen : 0.07g

Bouton floral séché du giroflier, arbre à feuilles persistantes, originaire des îles Moluques dans l'archipel indonésien, cette épice à saveur tenace, âcre et piquante ressemble à un petit clou d'environ 12 mm de long, orné d'une tête de 4 mm de diamètre.

Le giroflier peut atteindre de 12 à 15 m de haut; il pousse sous les tropiques et préfère les climats maritimes, car il est fragile. Il peut vivre plus de 100 ans, mais sa production maximale

se situe entre 10 et 20 ans. L'arbre commence à porter des fruits seulement vers sa septième ou huitième année d'existence.

Il se marie bien avec le bouquet garni, l'ail, l'oignon et le poivre, mais on devrait éviter de l'associer aux herbes.

VARIÉTÉS

Les feuilles, les boutons floraux et les fleurs sont très odoriférants et embaument l'air. Le giroflier atteint rarement la floraison, car les boutons floraux sont cueillis avant l'apparition des pétales, lorsqu'ils commencent à peine à être rosés après avoir été verts. Ils sont alors séchés jusqu'à ce qu'ils brunissent immédiatement après la cueillette. Les clous de girofle sont particulièrement robustes et difficiles à pulvériser.

COMMENT CHOISIR ?

Il est préférable d'acheter les clous de girofle entiers, car les clous moulus perdent rapidement leur saveur et se conservent moins longtemps. Pour vérifier la qualité d'un clou de girofle, le mettre dans l'eau; il devrait flotter à la verticale. S'il ne flotte pas ou s'il flotte à l'horizontale, il est éventé.

QUE FAIRE AVEC ?

Le clou de girofle entier est associé traditionnellement à la cuisson du jambon. Il orne aussi les oranges ainsi que les oignons dans les bouillis et les braisés. Il assaisonne compotes de fruits, marinades, cornichons au vinaigre et parfume le café. Moulus, le clou de girofle aromatise notamment farces, boudin, charcuterie, bœuf, agneau, pot-au-feu, pains de viande, fromage de tête, cornichons, marinades, soupes, légumes, gâteaux, biscuits, tartes, puddings, pâtisseries au miel et aux fruits secs, fruits à l'eau-de-vie, compotes, jus et vins chauds. C'est un des ingrédients du pain d'épice. Le clou de girofle est souvent associé à la cannelle et à la muscade. Il fait également parti des mélanges d'épices telles que le garam masala et le curry indiens, le ras-el-hanout nord-africain et le cinq-épices chinois. L'huile essentielle, dont le principal composant est l'eugénol, est extraite des boutons floraux, des feuilles et des tiges. Elle entre dans la fabrication de la vanilline, une vanille synthétique. Elle est aussi utilisée dans des parfums, des savons, des médicaments (analgésiques dentaires), des rince-bouche et la gomme à mâcher.

COMMENT CONSERVER ?

Se congèle : oui

Le clou de girofle entier se conserve dans un contenant hermétique et dans un endroit frais et non-humide pendant environ 2 ans. Moulus, le clou de girofle se conserve pendant 6 mois.

VALEURS NUTRITIVES (pour 100g*)

Son huile essentielle contient de 70 à 85% d'eugénoï. On dit le clou de girofle tonique, anti-névralgique, antispasmodique, stomachique, antiseptique et carminatif. L'huile essentielle aurait des effets bénéfiques contre les maux de dents et d'oreilles. Elle contient des agents stimulants qui, à forte dose, peuvent irriter le système digestif.

calories	protéines	glucide	lipide	magnésium
323 kcal	5,98 g	61,21 g	20,07 g	264,00 mg
calcium	sodium	acides gras saturés	phosphore	sucre
646,00 mg	243,00 mg	5,44 g	105,00 mg	2,38 g
fibres	cuivre	zinc	fer	manganèse
34,20 g	0,35 mg	1,09 mg	8,68 mg	30,03 mg
vitamin B1				
0,12 mg				

[Afficher plus](#)

* Source de données : AFSSA

HISTOIRE

Son nom français date du Moyen Âge et vient du latin clavus qui signifie «clou». Le clou de girofle est utilisé en Asie depuis plus de 2 000 ans. En Chine, les courtisanes de l'époque de la dynastie des Han devaient parfumer leur haleine avec des clous de girofle lorsqu'ils s'adressaient à l'empereur. L'utilisation du clou de girofle est plus récente en Europe (il fut introduit vers le 15^e siècle), où il ne connut vraiment son essor qu'au Moyen Âge. Pendant un bon moment, cette épice fut aussi estimée que le poivre. Le clou de girofle permettait de masquer la saveur souvent indésirable des aliments altérés par des méthodes de conservation inefficaces. La culture du giroflier fut longtemps confinée presque exclusivement en Indonésie et elle était contrôlée par les Hollandais. Aujourd'hui, l'île de Zanzibar est le principal centre de production du giroflier.

Vin chaud aux épices [3]

[En savoir plus](#) [3]

Cidre de pomme chaud [4]

[En savoir plus](#) [4]

Ananas rôti aux épices [5]

[En savoir plus](#) [5]

Paleron de boeuf braisé aux épices [6]

[En savoir plus](#) [6]

Liens

[1] <https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/15413>

[2] <https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/15413>

[3] <https://www.qooq.com/recipes/vin-chaud-aux-epices>

[4] <https://www.qooq.com/recipes/cidre-de-pomme-chaud>

[5] <https://www.qooq.com/recipes/ananas-roti-aux-epices>

[6] <https://www.qooq.com/recipes/paleron-de-boeuf-braise-aux-epices>