



< retour

Epicerie

Bâton de cannelle



Aimez-vous cet ingrédient ?

IMPRIMER [1]

TÉLÉCHARGER [2]

À PROPOS DE

CARACTÉRISTIQUES

Saisonnalité :



Type : Epices

Origine : Chine

Famille : Lauracées

Poids moyen : 2g

Écorce séchée du cannelier (arbre de la même famille que le laurier et l'avocatier), la cannelle est l'une des plus anciennes épices connues.

On obtient la cannelle en coupant des petites branches vieilles de 3 ans sur lesquelles on pratique 2 ou 3 incisions longitudinales. En séchant, l'écorce, dépouillée de son épiderme s'enroule sur elle-même, formant des bâtonnets friables de 7 à 8 cm de long et d'environ 1

cm de diamètre ayant la forme d'un tuyau (cannella en italien).

De la cannelle moulue ajoutée à du thé, ou à tout autre liquide, aiderait à soulager les troubles gastriques et à combattre la diarrhée.

VARIÉTÉS

Il existe environ 100 espèces différentes de canneliers aux propriétés aromatisantes plus ou moins semblables. Les deux plus importantes commercialement sont le cannelier de Ceylan et le cannelier de Chine.

Le cannelier de Ceylan (*Cinnamomum zeylanicum*) : Le cannelier de Ceylan (*Cinnamomum zeylanicum*), aux feuilles persistantes, peut mesurer de 10 à 13 m de haut; sur les plantations, il est taillé pour ne pas dépasser 2,5 m. Il est cultivé dans plusieurs pays tropicaux, notamment en Inde, aux Seychelles, dans les Caraïbes, à Madagascar et au Brésil. Les grandes feuilles aromatiques coriaces et luisantes sont vert brillant sur le dessus et gris-bleu sur leur face inférieure. La mince écorce lisse et fine d'un brun clair mat est la plus aromatique de toutes. Plus elle est pâle, meilleure est sa qualité.

Le cannelier de Chine (*Cinnamomum aromaticum*) : Le cannelier de Chine (*Cinnamomum aromaticum*) atteint 13 m de haut. Cette espèce, retrouvée à l'état sauvage en Indochine, est aussi cultivée en Indonésie et en Asie. L'écorce appelée « casse ou fausse cannelle » a une saveur moins fine, un goût plus piquant et est plus épaisse que celle du cannelier de Ceylan. Elle est moins coûteuse et occupe presque tout le marché nord-américain.

COMMENT CHOISIR ?

La cannelle est commercialisée en bâtonnets, en poudre ou en huile essentielle. La cannelle moulue a une saveur plus prononcée que la cannelle en bâtonnets, mais elle s'altère plus rapidement.

QUE FAIRE AVEC ?

La cannelle aromatise divers aliments et friandises, notamment gâteaux, biscuits, tartes aux pommes, beignes, brioches, puddings, crêpes, compotes, yogourts et friandises. Dans plusieurs régions, notamment l'Europe centrale, l'Italie, l'Espagne et le Canada, son usage est plus diversifié et la cannelle assaisonne soupes, viandes, sauces tomate, légumes, pot-au-feu, couscous, pâtes alimentaires et marinades. Dans les pays anglo-saxons, la cannelle assaisonne traditionnellement les courges cuites au four. En France et dans les pays nordiques, on ajoute la cannelle à du vin chaud. En Orient, on utilise aussi les boutons floraux, les feuilles et les baies déshydratés. La cannelle est utilisée en pharmacie pour

aromatiser diverses préparations dont le dentifrice.

COMMENT CONSERVER ?

Se congèle : oui

Conserver la cannelle dans un récipient hermétique, à l'abri de la lumière et de l'humidité.

VALEURS NUTRITIVES (pour 100g*)

On dit la cannelle antispasmodique, antiseptique, stimulante et vermifuge. En tisane, mettre 1 à 2 g d'écorce pour 250 ml d'eau et laisser infuser 10 minutes.

calories	protéines	glucide	lipide	magnesium
266 kcal	3,96 g	36,60 g	1,88 g	60,00 mg
calcium	sodium	acides gras saturés	phosphore	sucre
1 080,00 mg	15,30 mg	0,51 g	63,00 mg	28,80 g
fibre	cuivre	zinc	fer	manganèse
43,50 g	0,34 mg	1,89 mg	18,20 mg	17,50 mg
vitamin B1				
0,04 mg				

[Afficher plus](#)

* Source de données : AFSSA

HISTOIRE

On mentionne son existence dans le plus vieux traité de botanique chinois datant d'environ 2 800 avant J.-C. Des papyrus égyptiens, des textes sanscrits et la Bible y font aussi référence.

Beurre à la pomme [3]

[En savoir plus \[3\]](#)

Poêlée de figues aux épices, crème glacée à la vanille bourbon [4]

[En savoir plus \[4\]](#)

Vin chaud aux épices [5]

[En savoir plus \[5\]](#)

Cidre de pomme chaud [6]

[En savoir plus \[6\]](#)

Soupe d'orange à la marocaine [7]

[En savoir plus \[7\]](#)

Sirop à la fleur d'oranger et à la cannelle [8]

[En savoir plus \[8\]](#)

Coconut horchata [9]

[En savoir plus \[9\]](#)

Ananas rôti aux épices [10]

[En savoir plus \[10\]](#)

Pain d'épices perdu "à la coque", crème cannelle [11]

[En savoir plus \[11\]](#)

Souris d'agneau au miel [12]

[En savoir plus \[12\]](#)

1

2

[13]



[13]

dernier »

[13]

Liens

[1] <https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/15459>

[2] <https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/15459>

- [3] <https://www.qooq.com/recipes/beurre-la-pomme>
- [4] <https://www.qooq.com/recipes/poelee-de-figues-aux-epices-creme-glacee-la-vanille-bourbon>
- [5] <https://www.qooq.com/recipes/vin-chaud-aux-epices>
- [6] <https://www.qooq.com/recipes/cidre-de-pomme-chaud>
- [7] <https://www.qooq.com/recipes/soupe-dorange-la-marocaine>
- [8] <https://www.qooq.com/recipes/sirop-la-fleur-doranger-et-la-cannelle>
- [9] <https://www.qooq.com/recipes/coconut-horchata>
- [10] <https://www.qooq.com/recipes/ananas-roti-aux-epices>
- [11] <https://www.qooq.com/recipes/pain-depices-perdu-la-coque-creme-cannelle>
- [12] <https://www.qooq.com/recipes/souris-dagneau-au-miel>
- [13] <https://www.qooq.com/ingredients/baton-de-cannelle?page=1>