



< retour

*Epicerie*

# Poivre Mignonette



Aimez-vous cet ingrédient ?

IMPRIMER [1]

TÉLÉCHARGER [2]

À PROPOS DE

## CARACTÉRISTIQUES

**Saisonnalité :**



**Type :** Poivre

Le Poivre Mignonette est composé de piper nigrum : poivre noir et poivre blanc grossièrement concassés. C'est un mélange harmonieux de saveurs piquantes, aromatiques et raffinées.

On peut ajouter au poivre mignonette quelques graines de Piment de la Jamaïque

concassées.

## VARIÉTÉS

Le Poivre Mignonnette s'utilise pour enrober le "steak au poivre" ou le canard avant de le faire rôtir. Il parfume les courts-bouillons.

## COMMENT CHOISIR ?

Le poivre est commercialisé entier, concassé ou moulu, nature ou assaisonné (poivre à l'oignon, à l'ail, au céleri, au citron, etc.). Le poivre vert est vendu saumuré, vinaigré ou séché. Pour obtenir le maximum de saveur, il est préférable d'acheter le poivre en grains et de le mouliner au moment de l'incorporer à un mets ou à une préparation. Choisir des grains lourds, compacts, peu friables et d'une coloration uniforme. Le poivre moulu peut contenir des impuretés, être moisi ou être falsifié, c'est-à-dire avoir été mélangé avec un aromate moins coûteux. L'acheter de préférence dans un endroit où le renouvellement des stocks est rapide pour obtenir un maximum de saveur et d'arôme.

## QUE FAIRE AVEC ?

Le poivre est une des épices les plus employées dans le monde. On l'ajoute à presque tous les aliments salés, chauds ou froids: sauces, légumes, viandes, charcuteries, vinaigrettes et même certains desserts. Le poivre blanc assaisonne souvent les aliments où il peut passer inaperçu, tels les sauces blanches, la volaille et le poisson. Les grains entiers aromatisent les marinades, les pâtés, la charcuterie, les fromages et les soupes, les courts-bouillons et les ragoûts.

## COMMENT CONSERVER ?

Se congèle : oui

Le poivre concassé peut se conserver 2 ans dans un bocal hermétique, au sec et à l'abri de la lumière.

## VALEURS NUTRITIVES (pour 100g\*)

On dit le poivre tonique, stimulant, carminatif et antibactérien. Il contient de la pipérine, un alcaloïde qui irrite la muqueuse de l'estomac, mais qui active la salivation et la production de sécrétions gastriques et qui aide la digestion.

À forte dose, le poivre devient irritant et échauffant.

calories

**255**  
kcal

protéines

**10,95**  
g

glucide

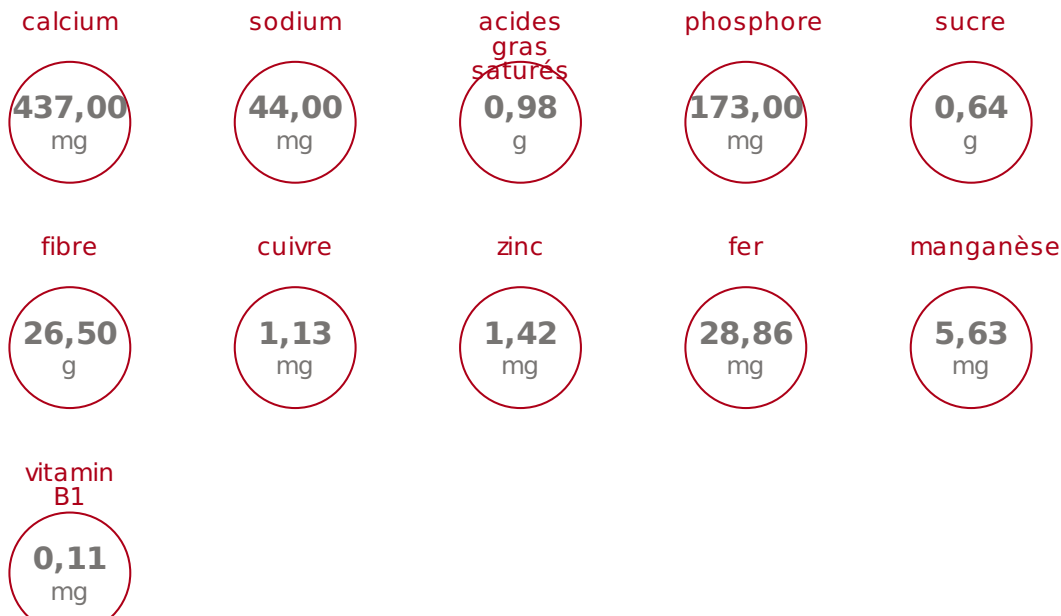
**64,81**  
g

lipide

**3,26**  
g

magnésium

**194,00**  
mg



[Afficher plus](#)

\* Source de données : AFSSA

## HISTOIRE

Fruit du poivrier, arbrisseau grimpant originaire de l'Inde, le poivre est consommé depuis des temps immémoriaux. Il a joué un rôle important au long de l'Histoire; il servit d'offrande aux dieux, d'impôt, de monnaie et de rançon. Lors de la chute de Rome, le poivre servait de monnaie d'échange pour payer les tributs aux envahisseurs barbares. Pendant tout le Moyen Âge, on se servit du poivre comme monnaie, la richesse d'un homme se mesurait alors à ses stocks de poivre. Cette épice rehaussait le goût des aliments et était fort utile pour masquer le manque de fraîcheur, notamment pour la viande faisandée, condition fréquente avant l'invention des méthodes modernes de conservation. La recherche du poivre incita des explorateurs à prendre la mer et fut à l'origine de la découverte de continents. Le commerce du poivre a contribué à la richesse de grandes cités marchandes européennes et arabes. L'Indonésie et l'Inde sont les deux plus importants producteurs de poivre.

## Steak au poivre façon julien cadiou [3]

[En savoir plus](#) [3]

### Liens

[1] <https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/15804>

[2] <https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/15804>

[3] <https://www.qooq.com/recipes/steak-au-poivre-facon-julien-cadiou>

