

Aide –mémoire fines herbes

Chaque semaine, vous trouverez un sac contenant quelques tiges de fines herbes diverses. Cela vous permettra d'utiliser les aromates selon les plats cuisinés sans avoir une trop grande quantité qui pourrait être perdue. La majorité des fines herbes peuvent être congelées pour une utilisation hivernale qui ravivera le goût de l'été.

Vous pouvez conserver vos fines herbes dans un sac perforé au frigo ou même dans un verre d'eau à température pièce.

Variété pouvant être retrouvée dans le sac de fines herbes:

Persil : s'utilise frais, séché, congelé, mariné. Tige et feuilles sont comestibles.



Persil frisé



Persil Italien



Livèche (céleri perpétuel) : s'utilise fraîche ou séché. Le goût rappelle le céleri sur une note un peu poivrée. Très bon dans les sauces spaghetti, riz, vinaigrette, poulet...



Basilic : relève bien les plats avec de la tomate et pâte alimentaire. Se marie bien à l'ail, oignon, olive dans les salades, œufs, fromage, poisson, fruit de mer, volaille et porc et le fameux pesto.
Conservation : frigo dans un papier absorbant légèrement humide.
S'utilise frais, séché, congelé.



Origan : se marie bien dans les sauces tomates accompagné de thym et basilic. Très bon dans la pizza et la soupe aux légumes.





Romarin : S'utilise frais ou séché. S'utilise par infusion dans les ragoûts, civets, soupes et sauce. Se marie bien avec le poulet et dans les marinades pour les grillades. Il est également possible de fumer la viande ou le poisson en déposant quelques branches sur les charbons, ou en petite quantité dans un fumoir.



Thym : S'utilise frais ou séché. Le thym est une plante condimentaire très utilisée dans la cuisine provençale et rurale. Avec le laurier le persil le romarin, l'origan, il fait partie du bouquet garni qui relève de nombreuses recettes de viande en sauce. Très bon dans la soupe aux légumes.



Menthe verte (goût sucré comme la gomme et la pâte à dent) : s'utilise fraîche : principalement dans les cuisines méditerranéennes, par exemple dans le thé à la menthe ou le taboulé, et asiatiques (vietnamienne) avec les nems et les salades. Très rafraichissant en mojito.

Menthe poivrée (elle contient du menthol) : S'utilise en tisane et infusion.

Coriandre et Coriandre vietnamienne : Utilisé dans la cuisine asiatique et les currys verts. Tige et feuille se consomme fraîche ou séché. Les fleurs également peuvent se consommé séché.



Coriandre vietnamienne





Ciboulette : se consomme fraîche, séché ou congelé. S'utilise en salade, sauce, fromage et omelette.



Sauge : Son goût est puissant, légèrement amer et camphré. Elle se marie bien avec le porc, les plats à base de volaille, mais aussi avec des pommes de terre et autres féculents.

À vous maintenant d'expérimenter les saveurs. Plusieurs informations proviennent de Wikipédia.

