

Guide des herbes

Aneth



Caractéristiques :
saveur vive et piquante

Usage :

- l'aneth est délicieux dans les salades au concombre ou les sandwiches ainsi que dans les plats au poisson, les œufs, le riz, le fromage cottage ou les trempettes

Conservation :

Frais :
conservez-le au réfrigérateur pendant 2 jours bien emballé dans un essuie-tout humide et dans de la pellicule plastique

Séché : jusqu'à six mois dans un contenant hermétique, dans un endroit frais et sec

Basilic



Caractéristiques :
Piquante, soupçon de réglisse et de clou de girofle

Usage :

- accompagne à merveille les mets aux tomates et au poulet ainsi que les mets méditerranéens

Conservation :

Frais :
conservez-la au réfrigérateur pendant 2 jours bien emballé dans un essuie-tout humide et dans de la pellicule plastique

Feuilles séchées ou moulues :
jusqu'à un an dans un contenant hermétique, dans un endroit frais et sec

Coriandre



Caractéristiques :
certains y goûtent un soupçon d'agrumes ou de sauge, d'autres y trouvent un goût de métal ou de soupe

Usage :

- la coriandre est couramment utilisée dans la cuisine orientale, thaïlandaise, mexicaine et indienne
- elle est délicieuse avec le chili, la crème sûre, les mets épicés, les avocats et la volaille

Conservation :

Frais :
conservez-la au réfrigérateur pendant 3 à 5 jours en position verticale dans un verre d'eau recouvert de pellicule plastique

Séché :
jusqu'à six mois dans un contenant hermétique, dans un endroit frais et sec

Ciboulette



Caractéristiques :
légère saveur d'oignon et d'ail

Usage :

- la ciboulette accompagne bien le poisson, la volaille, les oeufs, les salades, les pommes de terre, les légumes
- elle remplace à merveille l'échalote

Conservation :

Frais :
conservez-la au réfrigérateur pendant 3 à 5 jours en position verticale dans un verre d'eau recouvert de pellicule plastique

Séché :
jusqu'à six mois dans un contenant hermétique, dans un endroit frais et sec

Estragon



Caractéristiques :
saveur aromatique rappelant légèrement celle de la réglisse

Usage :

- délicieux avec la volaille, les fruits de mer, le riz, le brocoli et les champignons
- rehausse à merveille les beurres aux herbes et les vinaigres aromatisés

Conservation :

Frais :
conservez-le au réfrigérateur pendant 2 à 4 jours bien emballé dans un essuie-tout humide et dans de la pellicule plastique

Séché : jusqu'à six mois dans un contenant hermétique, dans un endroit frais et sec

Feuille de laurier



Caractéristiques :
Légèrement amère, très coriace

Usage :

- rehausse le goût des ragoûts, soupes et sauces aromatiques
- retirez la feuille de laurier du mets avant de servir - la feuille est très coriace

Conservation :

Feuilles entières et séchées :
jusqu'à deux ans dans un contenant hermétique, dans un endroit sec et frais

Guide des herbes

Visit us for more great ideas.



Menthe



Caractéristiques :
saveur fraîche et rafraîchissante

Usage :

- la menthe est délicieuse avec l'agneau, les pommes de terre ou les pois
- excellente garniture pour les desserts et boissons

Conservation :

Frais : conservez-le au réfrigérateur pendant 3 à 5 jours en position verticale dans un verre d'eau recouvert de pellicule plastique

Séché : jusqu'à six mois dans un contenant hermétique, dans un endroit frais et sec

Origan



Caractéristiques :
Origan frais - épicé, à saveur légère de fumée
Origan sec - saveur poivrée

Usage :

Frais : assaisonnement idéal pour les mets aromatiques comme les sauces à pizza, mets en cocotte, soupes

Séché : son goût poivré accompagne bien l'ail

Conservation :

Frais : conservez-le au réfrigérateur pendant 2 à 4 jours bien emballé dans un essuie-tout humide et dans de la pellicule plastique

Séché ou moulu : jusqu'à six mois dans un contenant hermétique, dans un endroit frais et sec

Persil



Caractéristiques :
saveur fraîche et légèrement poivrée

Usage :

- ajoutez le persil aux viandes grillées, volaille, farce, soupes, ragoûts, oeufs, pommes de terre, salades, beurres aux herbes
- le persil garnit très bien les plats

Conservation :

Frais : conservez-le au réfrigérateur pendant 3 à 5 jours en position verticale dans un verre d'eau recouvert de pellicule plastique

Séché : jusqu'à six mois dans un contenant hermétique, dans un endroit frais et sec

Romarin



Caractéristiques :
Soupçon de citron et de pin

Usage :

- Pains aromatiques, ragoûts, mets en cocotte, viande, poisson

Conservation :

Frais : conservez-le au réfrigérateur pendant 2 à 4 jours bien emballé dans un essuie-tout humide et dans de la pellicule plastique

Feuilles séchées ou moulu : jusqu'à six mois dans un contenant hermétique, dans un endroit frais et sec

Sauge



Caractéristiques :
légèrement amère avec une saveur robuste et mentholée

Usage :

- la sauge accompagne bien les plats au poulet et à la dinde
- elle est délicieuse dans une farce
- elle se marie très bien à la saucisse

Conservation :

Frais : conservez-la au réfrigérateur pendant 2 à 4 jours bien emballé dans un essuie-tout humide et dans de la pellicule plastique

Séché : jusqu'à six mois dans un contenant hermétique, dans un endroit frais et sec

Thym



Caractéristiques :
Clair arôme de menthe

Usage :

- Ajoute une note sucrée et florale à vos recettes
- Idéal pour la viande, les fruits de mer, la farce et les sauces

Conservation :

Frais : conservez-le au réfrigérateur pendant 2 à 4 jours bien emballé dans un essuie-tout humide et dans de la pellicule plastique

Séché ou moulu : jusqu'à six mois dans un contenant hermétique, dans un endroit frais et sec