

ABSINTHE

L'absinthe est un apéritif produit par la distillation d'alcool combinée à un mélange d'herbes, dont "la grande absinthe". Elle est verte ou incolore.

L'absinthe est généralement embouteillée avec un niveau élevé d'alcool. Avant d'être consommée, il est normalement nécessaire de la diluer avec de l'eau.

Vers 1915, l'absinthe est interdite aux États-Unis et dans plusieurs pays d'Europe, dont la France. On lui reproche d'être de piètre qualité et "dangereusement addictive". On raconte que l'absinthe rend fou, mais la véritable raison de l'interdiction est la lutte à l'alcoolisme. L'abus d'absinthe serait dû entre autres à son bas prix (moins cher que le vin).

Pour remplacer l'absinthe, des boissons à base d'anis sont autorisées à partir des années 1920, mais avec un niveau moins élevé d'alcool (30°). Au fil des ans, le degré d'alcool s'élève de 30° à 40°, puis à 45°.

L'absinthe est réhabilitée en France en 1988, mais sans l'appellation "absinthe". La loi de 1915 interdisant l'absinthe en France est officiellement abrogée en mai 2011. L'absinthe se vend aujourd'hui à des niveaux d'alcool de 45° à 90°.

**de Pierre Bérard
13 novembre 2012**

AGNEAU

L'agneau est le petit de la brebis. Pour qu'une viande soit désignée *viande d'agneau* en boucherie, l'animal doit être âgé de 12 mois ou moins. En boucherie on distingue les catégories de viande selon l'âge de l'agneau et la nourriture qu'il consomme. Les caractéristiques de l'agneau de lait, l'agneau lourd et de l'agneau léger peuvent différer d'un pays à l'autre.

L'appellation *agneau de lait* désigne l'agneau âgé d'environ 2 mois et nourri exclusivement ou presque de lait. La chair de l'agneau de lait est exceptionnellement tendre.

L'*agneau lourd* est nourri de grains et de fourrage et est âgé de 3 à 8 mois. La saveur de l'agneau lourd est plus accentuée que celle de l'agneau de lait.

L'*agneau léger* est l'intermédiaire entre l'agneau de lait et l'agneau lourd.

En cuisine, la viande d'agneau est souvent marinée, surtout pour des parties moins tendres comme l'épaule, la poitrine ou le jarret. Le gras de cette viande se figeant rapidement, on suggère de servir l'agneau dans une assiette chaude. L'agneau est servi surtout rôti ou grillé, légèrement rosé. Le méchoui est un agneau (ou mouton) entier rôti à la broche au-dessus de la braise.

Les parties de l'agneau où la viande est plus maigre sont la cuisse, les côtes et le dos aussi appelées gigot, carré et longe.

**de Pierre Bérard
28 juillet 2007**

ASPARTAME

L'aspartame est un produit pauvre en calorie (hypocalorique) utilisé pour remplacer le sucre dans la préparation de certains aliments destinés à la consommation humaine. À quantité égale, l'aspartame a un pouvoir sucrant d'environ 200 fois supérieur à celui du sucre provenant de la canne à sucre ou de la betterave.

En 1965, un chimiste teste un mélange de produits non sucrés devant servir de médicament antiulcéreux. En goûtant, il découvre le goût très sucré du mélange.

L'aspartame est mis en marché en 1974 aux États-Unis, mais est retiré du marché après quelques mois, certains scientifiques soupçonnant le produit d'être cancérigène. L'aspartame est de retour sur le marché en 1981 et arrive en France en 1988.

L'aspartame ne remplace pas le sucre pour l'apport énergétique, mais seulement pour la saveur.

Une étude, menée en Italie en 2005, démontre l'effet cancérigène (au cerveau) de l'aspartame sur des rats. Cependant, la dose utilisée pour cette étude est largement supérieure à la consommation de l'homme.

À plus de 30°C, l'aspartame se dégrade en méthanol et autres produits. Il ne peut donc pas être utilisé dans la préparation d'aliments cuits.

À ce jour, certains organismes dénoncent toujours le produit. Alors, dans le doute, n'abusez pas.

de Pierre Bérard
28 mars 2008

CAVIAR, ŒUFS D'ESTURGEON

Le caviar est un aliment luxueux composé d'œufs d'esturgeon. Il y a plusieurs variétés de caviar. Le coût du caviar dépend de la qualité de son goût, de sa couleur et de sa rareté.

L'Ossetra est le moins cher des caviars. On dit que le caviar Ossetra a une saveur aux accents de noisette. Le caviar Beluga, provenant des plus gros esturgeons, est le plus cher. Ses grains sont plus gros et il a une délicate saveur iodée. C'est le caviar des connaisseurs. Il y a aussi le caviar d'Aquitaine, le Sevruga, le Transmontanus (américain) dont les prix se situent entre ceux de l'Ossetra et le Beluga.

Les plus importants pays producteurs de caviar sont la Russie et l'Iran, suivis par la France et les États-Unis.

Le caviar se conserve au réfrigérateur dans sa boîte d'origine pendant un mois. Il doit être consommé dans les 3 jours lorsque la boîte est ouverte. Ne jamais congeler le caviar.

Le caviar est sorti du réfrigérateur 1 heure avant d'être servi. Il est déposé sur un lit de glace pilée. Les connaisseurs le mangent directement avec une petite cuillère. La cuillère est en nacre ou en corne, car la cuillère de métal oxyde le goût du caviar. D'autres déposent le caviar sur un petit pain légèrement grillé, tartiné de beurre, de crème ou nature. L'ajout de citron ou autres condiments revient à dire que vous n'aimez pas le caviar.

Le caviar de lump n'a rien de commun avec le caviar d'esturgeon. Ses œufs sont colorés artificiellement en rouge ou noir. Il est bien sûr moins cher que le caviar d'esturgeon.

***de Pierre Bérard
28 mars 2008***

CHAMPAGNE

Le champagne est un vin blanc effervescent provenant de Champagne située au nord-est de la France. Il y a deux catégories de champagne soit le «premier cru» et le «grand cru» dépendant du terroir champenois.

Le champagne est fabriqué à partir de raisins blancs ou raisins noirs. La pulpe du raisin noir est incolore comme le raisin blanc.

Les bulles sont obtenus par l'ajout de levures et de sucre lors d'une deuxième fermentation. La quantité de sucre est déterminante pour fabriquer un champagne brut, sec ou demi-sec.

Cette dernière fermentation crée des lies non désirables, qu'il faut ramener vers le goulot en remuant la bouteille, penchée vers le bas, tous les jours. Le dépôt de lies sera ensuite retiré de la bouteille en gelant le bout de la bouteille. En enlevant la capsule, le dépôt gelé est expulsé de la bouteille par la pression de son contenu.

Le champagne est un vin pétillant. À cause de la pression, la bouteille utilisée est plus épaisse et le fond plus creux que la bouteille utilisée pour le vin courant.

Aux États-Unis, la loi permet d'utiliser l'appellation champagne si le lieu de production est indiqué. Le champagne américain n'est vendu qu'aux États-Unis. Plusieurs fabricants américains, utilisant la méthode traditionnelle, préfèrent l'appellation «méthode champenoise» ou «vin pétillant».

La bouteille de champagne est synonyme de luxe et est souvent associée aux grandes occasions.

Tous les vins pétillants doivent être à l'abri de la lumière, sinon ils prennent rapidement un goût détestable. La bouteille, dans son seau, est donc recouverte d'un linge. Le champagne est servi frais, de préférence dans une flûte à champagne.

Sabler le champagne veut dire déboucher à l'aide d'une lame glissant le long de la bouteille vers le goulot. Sabler le champagne veut dire boire du champagne lors d'une réjouissance.

**de Pierre Bérard
7 juillet 2007**

CLOU DE GIROFLE

Le clou de girofle, appelé ainsi à cause de sa forme, provient du giroflier. Les feuilles de cet arbre tropical ressemblent aux feuilles du laurier. Le giroflier est cultivé en Tanzanie, en Inde et à Madagascar.

Les boutons floraux sont récoltés avant l'éclosion de la fleur. Ils sont séchés au soleil jusqu'à obtenir une teinte brun foncé, devenant le clou de girofle.

En cuisine, le clou de girofle se retrouve entre autres dans les pains d'épices, les marinades, les pâtés, les currys. On l'incorpore dans des recettes de tisanes et de jus de fruits. Le clou de girofle est très utilisé dans la cuisine indienne.

Le clou de girofle a des propriétés antiseptiques et anesthésiques. Il est un très bon désinfectant et il purifie l'haleine. Les dentistes utilisaient l'huile de girofle comme antiseptique.

La majorité (95 %) de la production mondiale de clous de girofle est utilisée pour fabriquer des cigarettes en Indonésie.

*de Pierre Bérard
7 juillet 2007*

HUÎTRES

L'huître est un mollusque bivalve (coquille ayant deux valves) vivant dans un milieu salé. Il existe plusieurs espèces. Les huîtres du genre *Pycnodonta* ont une coquille ronde et vivent dans les grandes profondeurs. Celles du genre *Ostrea* sont plates et ont un goût fortement iodé. Les huîtres du genre *Crassostrea* ont une coquille creuse. Ces dernières sont les plus consommées.

L'huître se nourrit de plancton. Les branchies, situées à l'intérieur, servent à la respiration et la nutrition. Le plancton, entraîné par les cils des branchies, est acheminé vers la bouche. Le sang de l'huître est incolore.

L'huître du genre *Crassostrea* est femelle une année et mâle l'année suivante. Un grand nombre d'ovules et de spermatozoïdes sont rejetés par les deux sexes. Une partie de ces gamètes (cellules reproductrices) se rencontrent pour former la larve. Environ 10 % des larves survivront.

L'élevage de l'huître est appelé ostréiculture. La culture se fait en mer près des côtes. L'huître atteint sa taille de consommation en deux ou trois ans. La Chine est le plus grand producteur d'huîtres.

*de Pierre Bérard
3 novembre 2012*

MILLEPERTUIS

Le millepertuis est une plante poussant en bordure des champs ou dans des terrains vagues. La plante fleurie vers le 24 juin. Certaines parties de la feuille sont translucides, donnant l'impression d'une feuille trouée.

Le millepertuis est utilisé pour le traitement de la dépression, de l'anxiété et de l'agitation nerveuse. Il peut se prendre en infusion à raison de 3 ou 4 tasses par jour. Une huile, composée de fleurs de millepertuis et d'huile d'olive, est utilisée traditionnellement (sans preuve scientifique) pour soigner les contusions, les brûlures et les douleurs musculaires.

Le millepertuis peut par contre supprimer l'effet de certains médicaments comme les anticoagulants, des contraceptifs oraux et des antidépresseurs. Il est déconseillé de s'exposer au soleil lors de l'utilisation du millepertuis pour un traitement cutané.

Peu populaire en cuisine, le millepertuis est parfois ajouté aux salades. Les fleurs du millepertuis aromatisent des boissons fermentées.

*de Pierre Bérard
25 avril 2010*

PAIN

Le pain est un aliment qui se retrouve sur toutes les tables du monde. À la base, il est constitué de farine, d'eau, de levure et de sel. Certains additifs peuvent s'ajouter pour en améliorer les caractéristiques. Le pain existe depuis plus de 4 000 ans.

Les qualités nutritionnelles du pain dépendent des ingrédients utilisés. Le pain blanc est celui qui contient le moins de nutriment essentiel au corps humain. Par exemple, le pain aux céréales contient les vertus des céréales employées.

Fabrication du pain

Les ingrédients sont mélangés et pétris jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène. On laisse ensuite lever la pâte jusqu'à obtenir au moins le double de volume. Ce phénomène est causé par la levure. Selon la recette, la période de repos pour permettre le gonflement de la pâte varie de 30 minutes à quelques heures.

La pâte levée est divisée en morceau régulier en utilisant une balance. Les morceaux sont mis en boule. On laisse les boules de pâtes au repos. Après ce repos, les boules, appelés pâtons, sont façonnées pour obtenir la forme voulue. Les pâtons sont laissés pendant une heure ou plus à une température de 25 °C dans un espace suffisamment humide; c'est la deuxième fermentation. On dépose enfin les pâtons au four.

*de Pierre Bérard
21 juillet 2007*