الاتحاد الدولي ماستر شيف العرب
International Union of Arab Master Chefs

OFFICIAL INSTITUTIONAL ARTICLE

Épices et herbes aromatiques — doser et choisir le moment de l’ajout

Official article information

Article author
أحمد عصام المعدراني / Ahmed Issam Maadarani

Article number
72

Article code
–

Protection number
–

Scan to verify the article

Reference
—

IUOAMC
International Union Of
Arab Master Chefs

Un guide pratique pour choisir la forme et le moment de l’ajout, avec une comparaison de leurs effets sur les arômes et les saveurs.

Identifier l’ingrédient et sa forme

Une plante aromatique peut fournir des feuilles, des graines ou d’autres parties. En cuisine, les herbes désignent souvent des feuilles comme la menthe ou le persil, tandis que les épices comprennent notamment des graines et des écorces. Notez le nom et la forme du produit. Le cumin entier et le cumin moulu peuvent libérer leur saveur à des vitesses différentes.

Choisir le moment selon le résultat recherché

Les épices moulues peuvent être incorporées pendant la préparation pour répartir les saveurs. La menthe peut être ajoutée en fin de préparation pour garder un arôme perceptible au service. Vérifiez ces choix à l’essai et notez le moment de l’ajout, la

© IUOAMC · Copie documentée — vérification dans le registre officiel

température et le temps de contact.

Fiche de comparaison

Élément	À consigner
Forme	entière, concassée, moulue ou en feuilles fraîches
Dose	grammes pour 100 g de préparation de base
Résultat	netteté des arômes, équilibre et persistance

Exercice pratique

Divisez 200 g de yaourt nature non sucré en deux échantillons. Avec une balance adaptée, ajoutez 0,2 g de cumin moulu au premier et 0,4 g au second. Gardez constants le mélange, le temps de repos et la température de service. Notez de 1 à 5 la netteté du cumin et indiquez si le goût du yaourt reste perceptible. Les doses sont propres à cet exercice.

Tester le moment de l’ajout à dose égale

Divisez 200 g d’une même préparation en deux échantillons égaux. Ajoutez 1 g de menthe hachée au premier dix minutes avant le service et au second juste avant le service. Utilisez la même menthe et gardez constants le mélange et la température de service. Codez les échantillons et demandez une description de l’arôme avant de révéler le moment de l’ajout.

Adapter une dose à un lot plus grand

Si 0,2 g de cumin pour 100 g de préparation donne l’équilibre recherché, partez de 1,5 g pour 750 g (0,2 × 750 ÷ 100). Goûtez le nouveau lot et notez la dose réellement utilisée. Évaluez l’intensité de l’arôme de 1 à 5 et indiquez séparément s’il s’accorde avec le plat.

Pour aller plus loin — Harold McGee, On Food and Cooking (2004).

© IUOAMC · Copie documentée — vérification dans le registre officiel