

# CONVERTISSEUR DE SAVEURS

EPICES	ARÔMES	VERTUS SANTÉ	ENTRÉE	PLAT	ACCOMPAGNEMENTS	FROMMAGE DESSERT	BOISSONS
<b>Baies roses</b>	Légèrement poivré, sucré et résiné	Apéritive, digestive et antiseptique	Poissons marinés et fumés, potages, foie gras	Papillotes de poissons, viandes blanches et bovines	Pâtes, patates douces, potirons, marinades, crème fraîche	Fromages frais, chocolats	
<b>Cannelle en poudre (écorce)</b>	Chaleureux saveur sucrée et boisée	Tonifiante, digestive	Carottes râpées, taboulé, potages	Viandes mijotées, tajines, poissons	Semoules, carottes, potirons, ratatouilles, tahiné	Pommes, poires, oranges, gâteaux, cannelés, chocolat, crèmes, riz au lait	Smoothies, punchs, sangrias, grogs, chocolats et vins chauds, thés, infusions, hypocras
<b>Combava en poudre (agrumes)</b>	Note de citronnelle, gingembre, verveine	Anti-inflammatoire anti-bactérien, calmant	Tartares de poissons crus, ceviches, bouillons asiatiques	Cari de viandes et poissons, plats au lait de coco, crustacés, viandes blanches rôties	Légumes et nouilles sautées, rougails, marinades	Chocolats, fruits rouges, gâteaux, biscuits, crèmes et mousses	Smoothies, punchs, cocktails à base de rhum ou vodka, thés
<b>Curcuma en poudre (rhizome)</b>	Musqué, légèrement boisé avec une pointe d'amertume	Anti-oxydant, anti-inflammatoire	Salades, potages, cakes et tartes salés	Paëlla, œufs, ragôts, papillotes de poissons	Mayonnaise, risottos, pâtes, base des mélanges curry, colombo	Fromages frais, gâteaux de semoule, agrumes mangues	Smoothies
<b>Fleur de sel aux 5 aromates (sauge, sumac, thym sauvage, origan, laurier)</b>	Riche en saveurs, délicat	Anti-rhumatismal, antiseptique	Tomates croque-au-sel, crudités, poissons crus	Viandes et poissons grillés	Légumes grillés et sautés, pommes de terre		
<b>Gingembre en poudre (rhizome)</b>	Piquant, subtil, rafraîchissant, légèrement citronné	Digestive, dynamisant	Salades et potages	Viandes, poissons, crustacés sautés ou en sauce	Potirons, panais, patates douces, légumes et nouilles sautées, marinades	Biscuits, gâteaux, cakes, agrumes, chocolat, pommes, poires, crèmes et mousses	Smoothies, chocolats et vins chauds, punchs, grogs, sangrias, champagnes, vodka, thés, ...

EPICES	ARÔMES	VERTUS SANTÉ	ENTRÉE	PLAT	ACCOMPAGNEMENTS	FROMAGE DESSERT	BOISSONS
<b>Girofle</b> (boutons floraux)	Très aromatique, fruitée, boisée légèrement poivrée	Antiseptique, analgésique, anesthésique et digestive	Terrines, bouillons, soupes	Gibiers, choucroute, pot au feu, blanquette, civets, râteaux, poissons papillottes.	Pickles, chou, riz, potée de légumes	Biscuits, gâteaux, compotes, chocolat, pommes, poires, oranges, coing, mangues	Smoothies, thés, infusions, vins et chocolats chauds, liqueurs
<b>Piments Oiseaux</b>	Piquant assuré, un petit bagarreur !	Digestive , antiseptique	Soupes asiatiques, guacamole	Viandes et poissons mijotés	Huiles à pizzas, marinades	Chocolats	
<b>Poivre noir</b>	Boisé avec un piquant chaleureux	Antibactérien, digestive et anti-inflammatoire	Salades, cakes salés, potages, melons	Viandes et poissons mijotés et grillés	Marinades, risottos, légumes, féculents	Fromages, chocolats	Bloody Mary
<b>Poivre rouge</b>	Fruité, note d'agrumes, piquant délicat	Antibactérien, digestive et anti-inflammatoire	Salade, cakes salés, potages, foie gras	Viandes et poissons mijotés, grillés, en papillotes	Marinades, risottos, féculents	Fromages frais, chocolats, fruits rouges, agrumes	Smoothies, rhums arrangés
<b>Poivre vert</b>	Fraîcheur et piquant intense	Antibactérien, digestive et anti-inflammatoire	Salades, cakes salés, potages terrines et charcuteries	Canard, porc, viandes bovines, paëllas, poissons blancs	Sauce au Cognac, risottos, marinades, légumes, féculents	Fraises, Ananas	
<b>Sumac en poudre</b>	Saveur salée, légèrement acidulée	Digestive, fébrifuge	Salades, crudités, potages	Oeufs, poissons, moutons, gibiers, volailles	Marinades, fromage blanc, crèmes fraîche, tahiné	Fromages frais, pommes, poires, oranges, bananes	Jus de tomates
<b>Vanille en gousse</b>	Parfum envoûtant fines notes chocolatées	Antiseptique et digestive	Potages, foies gras	Poissons, Crustacés, volailles	Huiles d'olives, marinades, fromage blanc	Glaces, gâteaux, biscuits, crèmes fruits cuits, riz au lait	Smoothies, chocolat chaud, grogs, punch rhums arrangés,
<b>Zaatar</b> (thym sauvage, sumac, farine de pois chiche et de maïs)	Notes douces de thym et d'origan, une pointe d'acidité, salé	Antiseptique, antispasmodique tonifiant	Crudités, tomates, tartes salées	Volailles, moutons, porc, poissons grillés, pizzas, tartes salées	Huiles d'olives, marinades, fromage blanc, ratatouille, légumes grillés	Fromages frais	