

Poivre: l'épice par excellence, fait saliver et favorise la digestion. En grains, moulu, blanc, noir, de Cayenne. Le poivre vert de Madagascar se trouve au rayon des produits exotiques dans les plus grands Marchés Migros.

Romarin: cuisines italienne et provençale, viande, volaille, champignons, tomates.

Sarriette: pois petits et gros, tous les légumes. *veau, porc, lapin; sauce tomate.*

Sauge: épinards, saucisses, viandes hachées. *viandes grasses*

Thym: spécialités provençales, volailles grasses, foie, mets aux œufs.

Ortie: potage

Le curcuma est une grande plante dont on utilise les rhizomes pelés, séchés et moulus. Cette poudre d'un jaune puissant, appelée aussi «safran des Indes» ou «safran de Bourbon», est un ingrédient indispensable du curry.

Le gingembre est originaire d'Asie tropicale, c'est son rhizome aux formes tourmentées qui en constitue la partie aromatique. Le goût du gingembre frais est à la fois doux et piquant. Dans le commerce, on trouve du gingembre frais, en poudre ou confit.

Le carvi ressemble beaucoup au cumin, mais son goût est plus relevé et plus amer. On l'utilise entier ou moulu dans les cuisines arabe, indienne, chinoise et sud-américaine.

