



Paprika doux bio en poudre

POWDER Nothing But Plants®

Odeur pénétrante

	1 unité	3 + 1 gratuite
Poudre de paprika doux 50 g	9,00 €	27,00 €

Marque : 

Découvrez les propriétés exceptionnelles des ÉPICES grâce à notre nouvelle gamme POWDER Nothing But Plants® !

Cette gamme de produits est un concept novateur, une autre façon de consommer des compléments alimentaires et des aliments plus sains : en smoothies, en salades ou mélangés avec vos aliments préférés.

Pourquoi choisir les épices POWDER®?

Nos exigences en matière de qualité :

Épices provenant de l'agriculture biologique

Zone géographique contrôlée

Analyse des propriétés organoleptiques

Analyse des propriétés physicochimiques

Analyse des propriétés microbiologiques

Conditionnement hermétique

Contrôle de l'ensemble du processus

[En savoir plus](#)

DESCRIPTION

Le paprika doux est obtenu en moulant des poivrons rouges (*Capsicum annuum* L.) séchés ; il s'agit d'une épice très employée dans la cuisine grâce à son goût particulier.

Non seulement il apporte aux repas un goût caractéristique, mais le paprika doux contient notamment des substances aux propriétés antioxydantes comme le lycopène, les caroténoïdes provitamine A, la capsanthine et la capsorubine.

Goûtez notre paprika doux en poudre écologique et dégustez sa saveur puissante et authentique !

ORIGINE

Le poivron (*Capsicum annuum* L., famille Solanaceae) est une plante d'origine américaine aux petites fleurs blanches qui peut mesurer un mètre. Les fruits du poivron sont de longues baies rouges, oranges ou jaunes (1). L'espèce *Capsicum* est très distribuée au niveau mondial et il y en a une grande variété de formes, de tailles, de couleurs et de degrés de sensation de brûlure (l'échelle Scoville mesure le degré de piment ou de brûlure des poivrons) (2).

Le **paprika** est une poudre qui s'obtient en moulant des poivrons rouges séchés. Il y a trois types de paprika selon leur origine : doux, aigre-doux et fort (2).

HISTOIRE

Les ancêtres sauvages du poivron ont évolué en Bolivie et au sud du Brésil, et on estime que le poivron a été domestiqué il y a 6100 ans. Avant l'arrivée des Espagnols en Amérique, les Aztèques connaissaient de nombreuses variétés de poivron et ce fut Christophe Colomb celui qui introduisit cette plante en Europe (1).

À partir de son introduction dans le continent, la plante a été cultivée, en outre, dans les colonies portugaises de l'Inde, de l'Asie et de l'Afrique (1). De nos jours, le poivron est cultivé dans de nombreuses régions du monde.

COMPOSITION

La couleur du paprika vient principalement des caroténoïdes qui sont synthétisés pendant le mûrissement du fruit. Les principaux caroténoïdes dans le paprika doux sont la capsanthine, la capsorubine et les caroténoïdes provitamine A. D'autre part, le paprika doux contient très peu de capsäicinoïdes, les composés qui donnent le goût fort au poivron (3). Il contient aussi du lycopène, un caroténoïde aux propriétés antioxydantes (2).

RECETTES

Le paprika doux est la variété de paprika la plus utilisée dans la cuisine (2) et il apporte aux plats un arôme pénétrant. En Galice (Espagne) l'utilisation du paprika doux est très traditionnelle avec du poulpe dans un plat connu comme « pulpo a feira » ou « poulpe à la galicienne ». Ci-après la recette pour le préparer (4) :

Ingrédients (4 personnes) :

- 1 poulpe congelé de 1 ½ kg
- 4 pommes de terre moyennes
- 1 oignon

- Des feuilles de laurier
- Sel et écailles de sel
- **Paprika doux**
- Huile d'olive vierge extra

Préparation :

- Sortez le poulpe du réfrigérateur 24 h avant pour le décongeler.
- Mettez le poulpe dans une marmite avec de l'eau bouillante, un oignon et des feuilles de laurier.
- Au moment de mettre le poulpe dans l'eau, il faut le mettre et l'enlever 3 fois (ceci est connu comme « effrayer le poulpe », vous observerez comment il se rétrécit).
- Laissez cuire le poulpe en fonction de sa taille (30 minutes s'il s'agit d'un poulpe moyen).
- Sortez-le de la marmite, laissez-le refroidir et coupez les pattes en rondelles. La tête est aussi découpée en morceaux, en la nettoyant bien (elle peut être nettoyée avant de la cuire, en la retournant).
- Dans une autre marmite, mettez des rondelles de pommes de terre d'à peu près 1 cm à cuire avec un peu de sel.

Présentation :

- À servir sur une planche en bois, le poulpe sur une couche de pommes de terre. Ajoutez de l'huile d'olive vierge extra, le **paprika doux** et du sel en écailles ou du gros sel.

Si vous préférez combiner le paprika doux avec du poulet, cette recette simple en est un bon exemple :

Poulet avec du paprika doux (5) :

Ingrédients (4 personnes) :

- 4 blancs de poulet
- 2 cuillères de sucre roux
- 1 cuillère de **paprika doux**
- 1 ½ cuillère à café de sel
- 1 cuillère à café d'ail en poudre
- Optionnel : rondelles de mangue fraîche, riz, coriandre frais et quartiers de citron vert

Préparation :

- Mélangez le sucre roux, le **paprika doux**, le sel et l'ail en poudre dans un petit bol.
- Avec les mains, étalez le mélange d'épices des deux côtés des blancs de poulet.
- Placez une poêle antiadhésive à feu moyen pour la chauffer. Ajoutez-y une petite quantité d'huile d'olive et les blancs de poulet.
- Cuisez 4-5 minutes de chaque côté ou jusqu'à ce qu'il soit bien cuit.
- Si vous voulez, vous pouvez le servir avec du riz à la vapeur, du coriandre frais, des rondelles de mangue et des quartiers de citron vert.

BIBLIOGRAPHIE

1. <http://www.kew.org/science-conservation/plants-fungi/Capsicum-annuum-chilli-pepper>
- 2.

http://www.mapama.gob.es/ministerio/pags/plataforma_conocimiento/alimentos/fichas%20de%20alimentos/condimentos/PIMENTON.pdf

3. Zaki et al. (2013) Quality characteristics of Moroccan sweet paprika (*Capsicum annuum* L.) at different sampling times. Food Sci. Technol 33(3): 577-585.

4. <https://www.directoalpaladar.com/recetas-de-pescados-y-mariscos/receta-de-pulpo-a-la-gallega-o-pulpo-a-feira>

5. <http://www.lecremedelacrumb.com/sweet-paprika-chicken-5-ingredients/>

Composition

INGRÉDIENTS :

Poudre de paprika doux biologique (*Capsicum annuum* L.).

ALLERGÈNES :

Ce produit ne contient pas d'allergènes (selon Règlement (UE) N° 1169/2011) ni d'organismes génétiquement modifiés.

FABRICATION ET GARANTIE DE QUALITÉ :

Ce aliment est fabriqué aux normes BPF. Les BPF sont les Bonnes Pratiques de Fabrication en vigueur dans l'Industrie Alimentaire européenne (en anglais GMP : Good Manufacturing Practice).

Utilisation

CONSEILS D'UTILISATION :

L'épice parfaite pour apporter aux plats un arôme pénétrant.

INSTRUCTIONS DE STOCKAGE :

À conserver au frais, au sec et à l'abri de la lumière.