

## **La cardamome en savoir plus**

La cardamome blanche a été décolorée par l'action du dioxyde de soufre ce qui lui donne un aspect que certains préfèrent. Les graines à l'intérieur sont plus claires.

La cardamome noire est également appelée "fausse cardamome". Elle est ajoutée à certains plats indiens, très relevés et longuement mijotés. Ses gousses sont assez grosses, dures, avec un goût de camphre prononcé qui ne convient pas aux plats peu épicés. Une fois le plat terminé et prêt à être servi, il faut retirer les cosses de cardamome noire.

Les graines de cardamome vertes sont le plus couramment utilisées en cuisine.

Cette épice, après le safran et la vanille, est la plus chère du monde. La première récolte a lieu 3 ans après la plantation et la plante produit alors chaque année, de septembre à décembre pendant 10 à 15 ans. Ils sont cueillis à la main juste avant maturité complète, sans quoi ils risquent de s'ouvrir, puis séchés au soleil. La prolongation du séchage au soleil donne de la cardamome jaune

Les Grecs et les Romains utilisaient la cardamome pour faire leurs parfums. Quant au célèbre épicurien Apicius, il la recommandait après les écarts de régime.