



Désignation	Utilisation	Composition
Ail	Essentiellement utilisée en condiment pour assaisonner les salades, les gratins, les pâtes, les légumes (pendant la cuisson), les vinaigrettes et parfois la mayonnaise.	
Aneth Dhill	Accompagne les fromages frais, les omelettes, les fruits de mer, les soupes, les poissons, les salades et les sauces moutardes	
Anis vert	Utilisé principalement en confiserie et en pâtisserie.	
Aromates sarladaises	A saupoudrer sur vos pommes de terre	Persil, oignons blancs en lanière, cèpes 2/4
Aromates à la parisienne	Ce mélange d'aromates (oignon, persil, estragon et coriandre feuille) s'ajoute en fin de cuisson aux plats de bœuf ou d'agneau grillé, au poisson frit, au poulet ou aux légumes.	Oignons blancs en lanière, persil, estragon, coriandre feuille
Arrow root	L'arrow-root est utilisé comme épaississant dans les sauces et les potages (diluer d'abord dans un peu de liquide froid avant de l'incorporer dans une préparation chaude). Cette féculé permet aussi de préparer des bouillies très légères pour les nourrissons et est conseillé pour les personnes allergiques au gluten.	
Badiane	Ce fruit a un goût comparable à l'anis mais un peu plus fort et peut accompagner les viandes (surtout porc et canard), le poisson, les crustacés (ajouté durant la cuisson) mais aussi les légumes sautés et le potiron.	
Baies roses	Fruits récoltés juste avant qu'ils aient atteint leur maturité. Elles proviennent d'un arbre d'Amérique Latine. A utiliser en petites quantités avec du poisson ou pour la décoration de plats.	
Basilic	Accompagne les salades de tomates, les salades, les poissons (notamment le rouget), les champignons, les soupes, le poulet et le riz. Il entre dans la composition des sauces pour spaghetti.	
Bouquet garni classique (en sachet gaze)	Le bouquet garni s'incorpore en début de cuisson d'une sauce, d'une viande en sauce, d'un bouillon, soupe et pot au feu, d'un fumet, d'une marinade, d'un court-bouillon ou d'un poisson, ragouts, daubes. On le retire toujours avant de servir	Thym entier, laurier concassé, persil
Bouquet garni Poisson (en sachet gaze)		Oignon 4/6, carotte 2/4, poireaux, poivron rouge 2/4, Thym entier
Cannelle en poudre	Idéal dans les plats sucrés salés, cet arôme peut agrémente le porc, les pommes de terre, les carottes, les compotes, le riz au lait, les glaces, pâtisseries,,	
Cannelle entière 6 cm	La cannelle aromatise divers friandises, gâteaux, biscuits, tartes aux pommes, beignes, brioches, puddings, crêpes, compotes...Elle peut également agrémente les soupes, viandes, sauces tomate, légumes, pot-au-feu, couscous, pâtes alimentaires et marinades, courges cuites au four, vin chaud.	
Cardamome verte en gousses	Cette épice est traditionnellement utilisée en Inde pour parfumer le café ou le thé. La cardamome est utilisée pour parfumer charcuteries et pâtisseries, mais elle entre aussi dans la composition du pain d'épice et de mélanges d'épices tels que le curry et le massalé.	
Cardamome verte en poudre	Remarque : La cardamome verte possède une saveur plus forte que la cardamome blanche.	
Carvi	Le carvi, cousin du persil, entre dans l'élaboration du munster alsacien. Il se retrouve aussi dans la choucroute, le pain d'épice, la soupe aux choux, aux fèves, avec les pommes de terre et le fromage blanc.	
Celeri	Le céleri s'utilise généralement dans les sauces et soupes, dans la préparation du chou fleur ou des poissons.	
Cerfeuil	Le cerfeuil fait parti des fines herbes avec le persil, la ciboulette et l'estragon. Il parfume potages, vinaigrettes, sauces (béarnaise, gribiche...), salades. Les feuilles crues parfument omelettes et soupes, légumes, crudités, plats froids, poissons et pain. Remarque : Il est préférable de l'ajouter en fin de cuisson ou de parsemer les plats avant de servir pour garder tout son parfum.	
Chapelure provençale	En cuisine, la chapelure peut s'utiliser pour paner des aliments, pour épaissir une préparation (une sauce par exemple) ou pour saupoudrer un mets à gratiner.	Chapelure, ail semoule, persil
Ciboulette tubulaire	Indispensable pour la sauce citron et ciboulette. La ciboulette s'utilise dans les vinaigrettes, crudités, salades, fromage blanc, canapés, avec les légumes (salsifis, courgettes, chou-fleur, carottes, pommes de terre), dans les sauces à base de crème, les potages, veloutés, crèmes.	
Cinq baies entières	Ce mélange est idéal pour l'assaisonnement de viandes ou poissons marinés ou grillés. Il peut aussi décorer et aromatiser les légumes et les fruits, cuits, en salade ou encore pour servir en poivre de table.	Poivre blanc de Muntok, poivre noir en grains, poivre vert deshydraté, piment de Mexique, baies roses standard
Cinq parfums (cinq épices)	Ce mélange est destiné aux viandes grillées ou en sauce (aigre-douce ...).	anis, fenouil, coriandre, poivre noir, girofle, cannelle.
Citron écorce	Pâtisseries, confiseries, crêpes, punch, sangria.	
Citronnelle en poudre	Ingrédient incontournable de la cuisine asiatique notamment dans les marinades (poisson comme viande)	
Colombo	Ce mélange est idéal pour préparer des plats de viandes et de poissons antillais (Poulet colombo ...).	Curry Selection (coriandre, curcuma, amidon de maïs et de riz, piment fort, cumin, fenugrec,gingembre, sel, poivre), Cumin, Curcuma, Sel
Coriandre en poudre	La coriandre aromatise les couscous, riz, la soupe harira (soupe marocaine aux lentilles, oignons et safran), les tajines, les sauces, les viandes et les poissons, le pain d'épices et certaines confitures.	
Coriandre entière	Les graines de coriandre aromatisent généralement les cornichons et autres condiments au vinaigre.	
Coriandre feuille	La coriandre feuille aromatise le riz, les falafels, les tajines, la viande, les omelettes, les sauces, les marinades, les salades. La coriandre fraîche s'utilise comme le persil : elle ne doit pas être cuite; elle est toujours utilisée en fin de cuisson, hors du feu.	
Court bouillon poisson (mirepoix)	Ce mélange permet de préparer des court bouillon de poisson.	Thym, basilic, fenouil, laurier, persil, coriandre entière
Court bouillon viande	Ce mélange permet de préparer des court bouillon de viande.	Thym, margolaïne, serpolet, laurier, persil, coriandre entière.



Désignation	Utilisation	Composition
Cumin en poudre	Le cumin entre dans la composition du cari, du chili et du garam masala. Les potages, le pain, la volaille et le poisson peuvent être "cominés", technique qui consiste à incorporer ou badigeonner ces plats de cumin. D'autres idées de plats dans lesquels le cumin peut être ajouté sont les tajines du maroc, les merguez et le ras-el-hanout. Il est à ajouter modérément aux plats préparés car il est fort en grande dose il peut aisément remplacer le carvi dans certains mets.	
Cumin entier		
Curcuma	Cette épice entre dans la composition du curry ou cari, mélange d'épices de la cuisine indienne. Elle sert dans la viande, les légumes secs, pour apprêter le riz, aromatiser et colorer les massalés, les sauces piquantes, les plats de poissons et de coquillages. Remarque : On extrait de cette épice la curcumine (E 100), employée dans l'industrie agro-alimentaire pour colorer beurres, margarines, fromages, moutardes, sirops, liqueurs, confiseries.	
Curry	Le goût moyennement piquant de ce mélange est principalement indiqué pour parfumer le porc, l'agneau, le veau, les sauces, le riz, le poulet, les légumes mijotés. Il accompagne aussi très bien le poisson au court-bouillon.	Coriandre, curcuma, ail, piment, fenugrec, laurier, moutarde, sel, girofle, épices.
Curry à l'ancienne	Ce mélange donne aux curry une saveur piquante.	Curry 50% (curcuma, coriandre, riz, fenugrec, moutarde, laurier, girofle, cumin, fenouil, ail, sel, piment fort, céleri, mélanges d'épices), coriandre entière, fenugrec grain, cumin entier, ail semoule, moutarde blonde graine, fenouil graine.
Echalote	L'échalote est utilisée dans de nombreux plats, sauces, vinaigrettes ...	
Estragon	Son goût réhausse les aliments un peu fades. Il accompagne agréablement les sauces, crudités, poissons ...	
Fenouil grains	Les graines de fenouil parfument les court-bouillon, les poissons grillés ou rôtis, comme le bar par exemple. Elles s'utilisent aussi dans certains pains et pâtisseries. Remarque : Ces graines s'utilisent préférentiellement en cour de cuisson, afin de faire ressortir tout leurs arômes.	
Fenouil sucré	La fenouil sucrée est idéale en apéritif à déguster tel quel ou selon votre imagination !	graines de fenouil, sucre d'enrobage, colorants : E133, E102, E110
Fève Tonka	La fève de Tonka s'utilise dans la préparation de desserts, pour parfumer crèmes anglaises, crèmes brûlées, gâteaux, chocolats...	
Garam Massala	Destiné à l'assaisonnement des plats exotiques et plus particulièrement aux plats d'origine indienne, principalement avec le mouton et les viandes blanches en sauce (veau, porc, poulet...).	coriandre, cumin, gingembre, cannelle, poivre, muscade, origan, cardamome, piment fort, girofle, laurier.
Genièvre	Cette baie s'utilise en préparation des plats de charcuteries, marinades, ainsi que les plats d'hiver (choucroutes...).	
Gingembre en poudre	Cette épice, réduite en poudre, est idéale pour les pâtisseries, les pains et les confiseries. Elle peut également remplacer le poivre dans certaines préparations, comme les pots-au-feu et autres court-bouillon.	
Girofle en clous	Le clou de girofle est utilisé en cuisine pour parfumer les bouillons, marinades, viandes pochées, ragoûts, conserves, vinaigres, ainsi que la charcuterie (boudins, saucisses, pâtés) et les desserts. On le retrouve souvent "piqué" dans un	
Girofle en poudre		
Goji	Cette graine broyée libère des arômes boisés, doux, sucrés, rappelant la noisette et le café en bouche. Elle est idéale pour relever les viandes ou les sauces sucrées-salés.	
Herbes de provence	Ce produit est incontournable dans la cuisine du sud de la France et se marie parfaitement aux plats et grillades.	Romarin, thym, Origan, sarriette, basilic.
Laurier	Les feuilles de lauriers sont employées dans des potages, ragoûts, sauces, saucisses. Elles parfument efficacement les plats de poisson. Les feuilles fraîches ou sèches apparaissent fréquemment dans le bouquet garni. Remarque : Contrairement à la majorité d'épices de feuilles, les feuilles de lauriers peuvent être cuites plusieurs fois sans perte importante d'arôme.	
Lin	On compare souvent les graines de lin aux graines de sésame dans leur utilisation, à juste raison ! Ainsi on peut les utiliser à l'apéritif, ou saupoudrer quelques graines sur de petits carrés de pâte feuilletée, sur des fruits trempés dans un peu de caramel... A l'image des graines de sésame, vous pouvez les ajouter à la préparation de vos pains maison, dans les cakes, mais aussi sur des gratins de légumes.	
Macis	Cette épice, également appelé « fleur de muscade », est obtenue à partir de l'arille entourant la noix de muscade. Comme elle, il est utilisé en cuisine, de préférence dans les plats salés.	
Macis poudre		
Marjolaine	La marjolaine est généralement utilisée dans les ragoûts, pizzas, sauce tomate, sauce de poissons, soupe, marinade, vinaigrette. Remarque : Il est préférable de l'ajouter en fin de cuisson afin de lui conserver son arôme.	
Massale	Ce mélange est généralement utilisé dans la cuisine créole et plus particulièrement la cuisine réunionnaise. Il permet d'assaisonner les viandes blanches en sauces, le veau, le porc, le poulet, et le mouton.	Coriandre, cumin, curcuma, origan, fenugrec, gingembre, sel, muscade, piment fort, cardamome, girofle.
Mélange grillade poisson	Ce mélange donne une saveur parfumée à vos grillades de poisson.	Fenouil, basilic, romarin, laurier, estragon
Mélange Mexicain	Ce mélange est idéal pour donner une saveur épicée rappelant la cuisine mexicaine aux plats de viandes, brochettes ...	Sel, mélange d'épices (Piment doux, curry), sucre, lactose, arômes naturels, acide citrique, isoascorbate de sodium, dioxyde de silicium
Mélange Paella	Ce mélange est destiné à la préparation du riz et de la sauce pour les paëlla.	Paprika, safran (épices et aromates dont 3% de safran), colorants : Rouge cochenille A E124 et Tartrazine E102.
Mélange pain d'épices	Ce mélange est spécifiquement conçu pour la fabrication du pain d'épice.	Anis vert, cannelle, gingembre, cardamome, badiane, poivre noir, noix de muscade, piment doux, clous de girofle, coriandre.
Moutarde graine	Les graines de moutarde sont utilisées entières dans les marinades, curry, sauces et ragoûts mais également dans les conserves de cornichons et dans la choucroute. Elles peuvent également servir d'épaississant.	
Nigelle	Les graines de nigelle sont présentes dans de nombreuses recettes de cuisines orientales. Elles sont utilisées pour le pain traditionnel indien : le naan, dans les salades, le riz, les pommes de terre, la ratatouille, le poisson, les conserves au vinaigre et les chutneys. Elles entrent dans la composition du cinq-épices du Bengale. Remarque : Faire griller les graines et les broyer au moulin à café avant de les utiliser permet de faire ressortir tout l'arôme.	
Noix de muscade en poudre	La noix de muscade est généralement ajoutée aux potages, aux purées de pommes de terre, aux soufflés. Elle sert également pour aromatiser le thé, le vin chaud, et certaines pâtisseries aux épices. Elle entre dans la composition du curry.	
Noix de muscade entière		



Désignation	Utilisation	Composition
Oignons blancs en lanières	L'oignon en lanière se retrouve dans de nombreux plats, pour agrémenter les sauces ...	
Origan	L'origan est idéal pour agrémenter les pizza, salades, coulis de tomate	
Paprika	Le paprika s'utilise avec les volailles, les œufs, le poisson... donne aux plats une couleur rouge profond.	Il
Pavot bleu	Ces graines sont utilisées autant pour la décoration que pour la saveur, dans les pâtisseries, confiseries, soupes, crèmes ou salades. Une fois réduit en poudre, elles peuvent servir de liant pour les sauces, notamment les currys.	
Persil	Cru ou cuit, le persil fait merveille dans les omelettes aux fines herbes, les crudités, les sauces, les salades, le beurre...	
Persillade	La persillade est utilisée dans de nombreux plats de la cuisine française. Remarque : La persillade s'utilise généralement en fin de cuisson pour garder son arôme.	Ail semoule, persil, échalote
Piment de la Jamaïque	Ce piment est généralement utilisé dans les sauces piquantes, les couscous	
Piment doux	Ce piment est généralement utilisé pour épicer légèrement les plats, sur la charcuterie, les goulaschs ...	
Piment doux fumé	Ce type de piment, légèrement fumé est particulièrement bien adapté pour la charcuterie.	
Piments de Cayenne en poudre	Ce piment particulièrement fort peut être utilisé dans toutes les cuisines épicées pour donner un piquant incomparable. Il reste toute de même à utiliser avec parcimonie.	
Piments de Cayenne entiers		
Piment d'Espelette	Ce piment basque AOC remplace allègrement le poivre dans la plupart des préparations épicées. C'est un ingrédient indispensable de la cuisine basque.	
Poivre vert deshydraté en grains	Ce poivre convient parfaitement aux volailles et sauces exotiques, mais est aussi souvent utilisé pour égayer les plats avec sa couleur particulière.	
Poivre blanc en poudre	Ce poivre peut être utilisé pour agrémenter les plats et les sauces claires	
Poivre blanc extra blanc		
Poivre blanc de Malabar	Idéal pour les plats de coquillages, poissons blancs, viandes blanches, porc, veau, ce poivre convient aussi pour les sauces blanches, les légumes, les salades et les desserts à base de fruits.	
Poivre de Sichuan	Ce poivre s'associe aux poissons, coquilles st jacques, ainsi qu'aux viandes blanches, ragouts de porc, poulet, pâtes ou riz, dans les plats "sucrés-salés", et parfume délicieusement les magrets de canard. Il accompagne parfaitement la fleur de sel dans les assaisonnements.	
Poivre noir de Sarawak	Ce poivre rare issu de l'île de Bornéo possède une exceptionnelle présence en bouche grâce à un remarquable équilibre entre chaleur et acidité. Il est parfait pour agrémenter les plats de bœuf, magrets, oignons, salades de fruits (fraises)...	
Mélange de poivres d'exception	Ce mélange riche en saveur est utilisé pour les assaisonnement d'une manière générale ou encore en poivre de table.	Poivre blanc Malabar, poivre noir Sarawak, poivre vert deshydraté, poivre long, poivre Voantsy
Poivre noir en grains		
Poivre noir en poudre	Ce poivre entier est idéal pour les viandes, les poissons, les sauces ...	
Poivres concassés		Poivres noir concassés
Poivrons rouge deshydraté	Comme du frais pour agrémenter des sauces, du riz, des pâtes...	
Quatre épices	Ce mélange permet d'assaisonner les plats mijotés, viandes, poissons, patés... avec une combinaison de saveur incomparable.	Poivre noir, muscade, girofle, cannelle.
Ras el hanout	Il relève les cuisines marocaine et tunisienne, le riz, les tajines, le couscous, les pastillas et les plats de légumes. Il souligne les saveurs des plats sucrés-salés, agrmente les plats en sauce, relève le goût des poissons blancs et des coquillages, s'accommode des légumes sucrés comme la carotte, la courge ou le navet. Le raz-el-hanout parfume également certaines pâtisseries moyen-orientales. En effet, ce mélange d'épices se marie très bien avec le miel et les amandes.	Cumin, carvi, muscade, anis, gingembre, coriandre, fenouil, girofle, piment, curcuma, basilic, romarin, thym, sarlette, origan, sel (anti-agglomérant E535 : ferrocyanure de sodium ou E536 : ferrocyanure de potassium).
Raifort	Le raifort sert de condiments, nature ou avec de la crème ... servi avec les viandes, poissons, saucisses, les salades de pommes de terre, les crudités, dans les sauces froides ou chaudes, vinaigrettes, moutarde, les beurres composés.	Il est
Romailade du Mont Saint Michel	S'accommode bien avec le mouton par exemple.	Ail en poudre, curcuma, estragon, romarin
Romarin	Le romarin est utilisé pour parfumer les grillades.	
Safran en filaments		
Safran en poudre	Cette épice extrêmement rare est indispensable dans la bouillabaisse, la paëlla, le risotto...	
Sarriette	La sarriette s'utilise dans les soupes, potages, veloutés, sauces, salades et dans les grillades, les ragoûts de viandes de porc, lapin, gibiers, volailles ou dans les farces. Elle aromatise le vinaigre. Elle parfume également délicatement les fromages de chèvre frais (un brin sur le fromage).	
Sauge	La sauge est employée comme condiment dans les charcuteries, avec le porc, l'anguille, les sauces, les farces de volaille, les soupes, les viandes blanches, les volailles, les omelettes, les marinades... Elle est un condiment important dans certains plats italiens comme la piccata, la saltimbocca, l'osso-buco, les paupiettes, la minestrone au riz et elle entre dans la composition des vinaigres aromatisés. Les feuilles de sauge doivent être utilisées en petite quantité car elles sont très parfumées.	
Sel au celeri	Célèbre pour accompagner régulièrement le jus de tomate, il agrmente un grand nombre de cocktails, comme par exemple le bloody mary.	Sel, céleri graine en poudre
Sel de Guérande	Son goût raffiné sera également agréable dans les soupes, les légumes vapeur ou à l'eau.	
Sel rose de l'Himalaya	Riche en oligoéléments, ce sel d'une très grande pureté est idéal pour assaisonner les plats avec une saveur légèrement fumée.	sel gemme de l'Himalaya (chlorure de sodium) , oligoélément
Sel fou	Ce sel particulièrement épicé peut servir à agrémenter toutes les grillades, barbecue, court-bouillon, sauces, potages, viandes et poissons, légumes, salades, ou à utiliser simplement en sel de table.	Sel de guérande, Paprika, Chili, Thym entier, Baies roses, Poivre noir concassé, Romarin.
Serpolet	Le serpolet parfume les viandes blanches, le mouton, les truites, les préparations à base de tomates, les omelettes, les salades, les potages.	
Sésame	Ces graines agrémentent parfaitement sauces, salades et pâtisseries, ainsi que les pommes au caramel et les pains, autant en décoration que pour la saveur. Remarque : Vous pouvez griller légèrement vos graines 1 à 2 minutes dans une poêle à sec pour les ajouter à une salade verte. Ces graines grillées peuvent également être passées au mixer avec du gros sel afin d'obtenir une épice de table appelée gomasio.	



Désignation	Utilisation	Composition
Tandoori	Ce mélange est particulier à la cuisine Indienne, il rentre dans une marinade pour la préparation du poulet Tandoori...	Sel, coriandre, poudre de betterave, fenugrec, poivre, farine de moutarde, noix de muscade, cumin, cardamome, poudre de piment, gingembre, céleri, clou de girofle, colorant : oxyde de fer rouge, paprika, curcuma, agent anti-oxydant : silice, acide citrique, huile de citron.
Thym entier	Le thym est une des herbes typiques de la cuisine méditerranéenne. Elle sert aux grillades, aux plats de légumes, aux plats de viande en sauce, au bouquet garni.	
Tomate séchée	Entre dans la composition de sauces typiquement Italienne ou tel quel sur toast ou sandwich	
Vanille gousse		
Vanille poudre	Utilisation dans les desserts aussi bien pour la décoration que pour le goût.	
Wasabi	Le wasabi est généralement utilisé comme "moutarde" dans la gastronomie japonaise. Avec sa saveur extrêmement piquante, il est à utiliser avec parcimonie.	Raifort japonais, fécule de maïs, acide ascorbique, arôme artificiel, colorant : E102, E133.