

LE SIROP D'ERABLE



Généralités :

Le sirop d'érable est un produit naturel sucré qui est fait à partir de la sève de l'érable à sucre (*Acer saccharum*), un arbre poussant dans la province du Québec au Canada. Sa fabrication est très ancienne puisqu'elle était déjà pratiquée par les Amérindiens avant l'arrivée

des premiers colons européens au XVII^e siècle. Principalement fabriqué au Québec, le sirop d'érable se vend aujourd'hui partout dans le monde, en particulier au Japon, aux Etats-Unis, au Royaume-Uni, en Allemagne et en France.

La sève est obtenue en pratiquant une incision dans l'écorce de l'arbre et en recueillant le liquide qui s'écoule de cette incision.

La période de récolte est au printemps.

Moins calorique et plus riche en calcium que le sucre et le miel, le sirop d'érable reste un produit riche en



CARACTERISTIQUES :

- Source d'énergie
- Bon substitut au sucre de table
- Favorise la prise de poids en excès

COMMERCIALISATION

- Produit facile à trouver, supermarché, épicerie fines ou en ligne.

Son prix peut beaucoup varier, selon la qualité, évitez les noms comme "saveur d'érable", "arôme d'érables" ou "sirop



SIROP D'ÉRABLE BIO 1 LITRE 19,80 €

Utilisations culinaires :

Le sirop d'érable peut être utilisé dans des **recettes salées** comme dans des **recettes sucrées**. Un peu comme le miel, il peut servir pour agrémenter les sauces salades ou pour faire des marinades pour les viandes.

Salées :

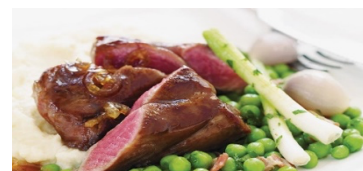
- Tartare de saumon au sirop d'érable
- Rouleaux de courgettes à la ricotta et à l'érable
- Confit d'oignons à l'érable
- Onglets de bœuf grillés, sauce à l'échalote, à l'érable et à la bière brune, légumes grillés (photo n°1)
- Filets d'agneau au whisky et au sirop d'érable (photo n°2)

Sucrées :

- Gâteau aux fruits et à l'érable
- Tarte Tatin au sirop d'érable
- Salade verte, pommes, noix, bacon et érable (photo n°3)



1



2



3



4

