

Novembre 2022

La noix de pécan



Généralités :

La noix de pécan est le fruit d'un arbre, appelé le pacanier. Cet arbre pousse rapidement et peut atteindre 40 mètres de hauteur. Elle est consommée depuis plus de 8000 ans, elle apparaît en 1824 en Louisiane (encore française). La culture des pacaniers débute réellement au 18^e siècle dans le Sud des États-Unis et au Mexique. C'est toujours dans ces mêmes régions d'où provient la quasi-totalité des noix de pécan.



Le Pacanier

RECOMMANDATIONS :

Ses propriétés sont optimales quand elle est crue ou séchée, et non pas quand elle est cuite. - Fruits à **écalle(*1)** et oléagineux elle fait partie des allergènes alimentaires.

(*1) écale :

Enveloppe recouvrant la coque des noix, noisettes,

Caractéristiques

C'est un fruit à coque qui a une petite amande oléagineuse c'est-à-dire qui est riche en matière grasse.

Elle mesure jusqu'à 4cm mais seul son amande est comestible.

La couleur de la noix de pécan est brun caramel et sa chair blanc striée de veines marron.

La noix de pécan est très similaire à la noix française mais leurs formes sont généralement plus allongées.

Elle peut être ouverte à la main et son goût est plus doux et n'est pas amer.

Elle se reconnaît par sa forme allongée et ovoïde, et par sa coque rouge brun, lisse et mince. La noix de pécan est un fruit sec à chair blanche, recouverte d'une fine peau brune.

70% de ses graisses sont des acides gras monoinsaturés (oméga-3).

Commercialisations :

La noix de pécan est le plus souvent vendue décortiquée en sachet vrac, en gros et au détail.

La récolte se situe entre octobre et décembre.

Exemple de distributeurs :

- ADS DISTRIBUTION CROC-ELLA
- OPA DISTRIBUTION



Son prix : au détail
autour de
20/30€ le kilo
fonction des

Utilisations culinaires :

- Les noix de pécan se marient bien aux fruits, mais également aux légumes, pommes de terre, aux pâtes, aux tomates confites, aux haricots, aux viandes, ainsi qu'aux poissons et certains fruits de mer. - Elle parvient dans les salades composées.

- Elle relève la saveur des fromages frais et des fromages en général.
- Crues utilisées entières, concassées ou même passées au mixeur pour en faire une sorte de poudre pour paner des viandes, poissons et légumes.

- Emincé d'agneau au miel et noix de pécan.

- Crème glacée : Glace sirop d'érable et de noix de pécan .

- Tarte aux noix de pécan.

- Patate douce aux noix de pécan.

- Cookies aux noix de pécan.

- Gâteau aux chocolats et noix de pécan.

- Pancakes aux noix de pécan.

- Saumon laqué au sirop d'érable noix de Pécan et sésame.

- Dos de cabillaud en viennoise aux noix de Pécan

Il est également possible de trouver
de l'arôme de noix de pécan





-à-dire

che est

ormes

t pas

ille

air

3), riche

ou en

x

e

lo en

ux

, aux

rfume

éral.

ir pour

t

