

J'ai trouvé du « sumac » à Paris chez Eskan : mais qu'est-ce que c'est ?



Le sumac est une épice importante dans la cuisine du Moyen-Orient, qui provient du *sumac des corroyeurs*, de son nom scientifique *Rhus coriaria*, et non du *sumac vénéneux* qui lui est un poison. D'ailleurs, la plupart des variétés du sumac sont vénéneux.

Le terme sumac signifie rouge comme la couleur de l'épice. Il provient des baies de l'arbre où il pousse, que l'on écrase et fait sécher ensuite.

C'est une épice fruitée, au goût acide mais délicat, qui a tendance à s'abîmer à la cuisson sous l'effet de la chaleur. On déconseille donc de trop le faire cuire. Son goût citronné fait qu'il peut remplacer la lime noire, le combava, le yuzu, ou encore la citronnelle dans de nombreuses recettes. Il parfume les fruits de mer et le poisson au Liban et en Syrie, les salades en Irak et en Turquie, les volailles, la viande en boulettes, en brochette et en ragoût en Iran et en Géorgie.

Il aromatise les farces, le riz, les légumes et le pain en général, mélangé au yaourt avec quelques fines herbes, il devient une sauce excellente d'accompagnement, et il entre dans la composition du zahtar ou mélange Libanais, un mélange typiquement oriental.

Le sumac possède de fortes capacités salantes, ne pas trop rajouter de sel si vous mettez du sumac ! Il fait d'ailleurs partie de notre mélange pour diminuer le sel qui remplacera aisément un sel rose de l'Himalaya ou sel bleu de Perse.

Il se marie très bien avec les œufs.

Il possède des vertus fébrifuges et facilite la digestion. La tradition iranienne veut que pour le nouvel an, chaque foyer apporte sur sa table de fête les sept éléments symboliques nécessaires pour une bonne année, et le sumac y est un symbole de bonne vie.

Comme le mahaleb, c'est une épice phare en Turquie, au Liban, en Syrie, en Arménie, en Iran et en Grèce.

Son histoire est mystérieuse, mais connue des Romains antiques et aurait été utilisé au Moyen Âge.

A Paris , on peut trouver du Sumac chez Eskan rue des Entrepreneurs 75015, à 3€50 les 200g.