

Pourquoi mettons-nous, dans les pays chauds, beaucoup de piments et d'épices dans la nourriture ?



By Anoha [CC BY-SA 3.0],
via Wikimedia Commons

Notre réponse du 02/07/2016

L'utilisation du piment dans l'alimentation est millénaire. Selon le magazine *Sciences Actualité* de la Cité des sciences : « En détectant la présence de microfossiles caractéristiques de certains piments sur des poteries anciennes et des outils de pierre, des chercheurs annoncent que le piment était déjà cultivé il y a 6 100 ans en Équateur et autour de 4 000 ans au Pérou. Il est souvent retrouvé en association avec du maïs ou du manioc, ce qui suggère que le piment servait déjà bel et bien d'«épice. »

Source : *Magazine Sciences actualité.fr* de la Cité des sciences (5-03-2007)

Il y a plusieurs raisons qui expliquent pourquoi les épices ou le piment sont plus largement utilisés dans les pays chauds plutôt que dans les pays froids :

1) Leur pouvoir anti-bactérien :

Les épices tels que l'ail, l'oignon, le piment ou encore l'origan, le cumin, le thym ou la cannelle sont des tueurs de bactéries. De la même façon que les plantes à épices se protègent de leurs ennemis naturels, elles protègent aussi les aliments des microbes ou des champignons, tout comme le ferait

un réfrigérateur. Les épices précitées peuvent tuer entre 75 et 80% des bactéries grâce à leurs composés chimiques. Ces propriétés sont donc très efficaces dans les pays chauds où la conservation des aliments, notamment la viande, est plus problématique, surtout quand le réfrigérateur n'est pas utilisé.

Plusieurs études scientifiques ont démontré la corrélation nette entre l'utilisation des épices et du piment dans les recettes de cuisine et la température des pays concernés.

Pour aller plus loin :

– Podcast Science.fm : [Les épices ont un fort pouvoir antibactérien. Info ou intox?](#)

– Journal *Libération* : [Cuisiner épicé aiderait à éliminer les bactéries](#) / Natalie Levisalles – article publié le 5 mai 1998
– (consulté le 02/07/2016)

2) Leurs vertus médicinales : le piment, grâce à la capsaïcine, qui confère au piment son goût piquant, est riche en calcium, et pourrait détruire les cellules cancéreuses de certains organes ; selon des chercheurs australiens manger pimenté protégerait du cholestérol, préviendrait du diabète et aurait un pouvoir antioxydant.

Pour aller plus loin :

– Journal *Atlantico* : [Pourquoi mange t-on du piment ?](#) article publié le 12/02/2015 (consulté le 02/07/2016)

– Sélection.reader Digest Canada : [Pourquoi les plats piquants sont bons pour vous](#) (consulté le 02/07/2016)

[Eurêkoi](#) – Bibliothèque de l'Institut du monde arabe

Date de création: 10/07/2016 13:12 **Mis à jour:** 19/07/2016 16:42