

Cuisiner avec l'origan

Un peu d'histoire

Cousin sauvage de la marjolaine, l'origan est originaire du bassin méditerranéen et d'Asie Centrale. Cette plante vivace pousse spontanément sur les versants ensoleillés et pierreux des montagnes d'Europe.

En Égypte et en Inde, on la considérait comme une plante sacrée. Grecs et Romains lui attribuaient, eux, des vertus aphrodisiaques : c'était ainsi la plante du bonheur et de l'amour que l'on offrait aux jeunes mariés. C'est aussi dans l'Antiquité que ses propriétés médicinales ont été découvertes, et, au Moyen Âge, son infusion était fréquemment préconisée.

Depuis l'Antiquité, on emploie l'origan en infusion, en décoction voire en cataplasme pour soigner de nombreux maux de la vie quotidienne. Ainsi, on reconnaît à l'origan un pouvoir antalgique.

Conserver & cuire l'origan

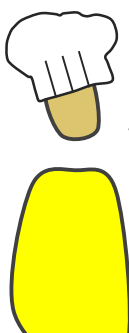
Conservez-le en bouquet, les tiges protégées par du papier absorbant, à l'intérieur d'un sachet en plastique, dans le bac à légumes du réfrigérateur. Ainsi, il conserve sa saveur pendant au moins une semaine. L'origan frais se garde également très bien au congélateur. Lavé, séché et mis dans un sachet en plastique, il suffit simplement d'en casser un morceau pour l'utiliser à l'envie. Vous pouvez enfin aussi le faire sécher dans une pièce sombre et aérée. Suspendu en bouquet, à une température moyenne de 25°C, votre origan sera prêt en une quinzaine de jours.



Comment cuisiner & déguster l'origan ?

Il accompagne à merveille tous les plats d'origine méditerranéenne, à base de tomates, de fromage frais comme la mozzarella, d'huile d'olive... Il est indispensable à la fameuse pizza napolitaine, tout autant qu'à la pissaladière provençale. Il relève parfaitement les olives noires des apéritifs ensoleillés et il excelle sur les grillades, notamment les côtelettes d'agneau. On l'utilise aussi en charcuterie, pour parfumer les saucisses ou les farces.

L'origan permet également d'aromatiser l'huile d'olive. Une branche glissée dans la bouteille développera tout son parfum au fil des jours, tout en apportant une touche décorative. Pensez, pour finir, à en parfumer votre vinaigre : versez-le tiédi sur les herbes lavées et séchées dans un bocal. Exposez celui-ci, fermé, au soleil et remuez-le tous les jours pendant deux semaines. Filtrez et transvasez dans une jolie bouteille en ajoutant une branche à l'intérieur... c'est prêt !



Bon appétit !