

THE DU MEXIQUE



EPAZOTE

L'épazote ou aussi appelé « Thé du Mexique » fait partie de la famille des ambrosiées (mot signifiant nourriture des dieux en grec). Cette herbe était déjà utilisée par les Mayas, non seulement à des fins culinaires, mais aussi médicales, notamment purgatives, pour lutter contre le ver solitaire et autres parasites intestinaux. Elle est toujours cultivée à grande échelle aux Etats-Unis, pour l'industrie pharmaceutique spécialisée dans les purgatifs.

L'épazote est l'une des herbes avec la coriandre que l'on trouve le plus fréquemment dans la cuisine mexicaine notamment pour aromatiser les haricots noirs. Son odeur rappelle l'eucalyptus et le camphre et est utilisé entre autres comme infusion en raison de ses propriétés vermifuges, eupeptiques et carminatives (en bref, elle agit contre les flatulences et éradique les parasites intestinaux).

A consommer avec modération.