



159

nom vernaculaire	français	Pandan
	créole	Pandanus (bakwa)
	anglais	Pandan, fragrant plant (Asie)
	espagnol	Pandano
	allemand	Pandan-Palme

origine	Asie du Sud-Ouest et Asie du Sud.
habitat	Toutes les zones tropicales du globe. Rare à l'état sauvage, il est par contre cultivé dans de nombreux pays d'Asie.
type	Le pandan est une plante tropicale aux longues feuilles dressées, vertes et effilées. Ses racines ligneuses sont aériennes. Le principe aromatique du pandan est dû à un composé chimique : la 2-acétyl-1-pyrroline porteur d'un arôme et d'une flaveur (odeur caractéristique que l'on retrouve dans le pain, le riz basmati, le riz thaï).

Le **pandan** « *Pandanus amaryllifolius* » est une plante tropicale de la famille des < Pandanacées >, utilisée dans beaucoup de préparations culinaires en Asie du Sud-Est où il y porte aussi le nom de fragrant plant, pour sa fragrance noisette et végétale.

Les < Pandanacées > représentent plus de 600 espèces réparties autour de la ceinture tropicale, sur tout le globe.

Parmi elles, le bakoua « *Pandanus sanderi* » utilisé pour fabriquer, en Martinique, le chapeau éponyme;

le vacoa « *Pandanus utilis* », le pandan tahitien « *Pandanus tectorius* » dont, pour ces deux derniers, les fruits verts sont comestibles crus ou cuits. S'ils ne sont pas consommés aux Antilles, ils le sont toujours dans le sud-est asiatique (Micronésie) ainsi qu'à la Réunion, où ils peuvent par exemple servir à préparer une spécialité créole (achards) ou être boucanés. Le cœur des bourgeons terminaux râpé et blanchi à la vapeur peut également être préparé en salades.

On trouve le **pandan** (vendu en feuilles, fraîches, séchées ou congelées) dans les boutiques de produits asiatiques sous son nom vietnamien de < Lá dúa >. Ainsi que sous forme liquide (extrait ou essence de pandan), généralement additionnée de colorant alimentaire vert.

Les feuilles sont parfois macérées dans du lait de coco avant d'ajouter celui-ci dans la préparation.

On peut aussi les lier ensemble (comme un bouquet garni) et les ajouter dans la cuisson des aliments.

Les feuilles servent aussi à confectionner des petits paniers dans lesquels on cuit le riz.

Elles sont aussi utilisées pour envelopper des morceaux de poulet crus, cuits ensuite au four (pandan chicken ou kai op bai toi, en Thaïlande).

Pour les desserts, les feuilles de pandan parfument les gâteaux (pandan cake), ainsi que les boissons sucrées.

Le pandan est utilisé pour donner une fragrance < goût de riz basmati > aux préparations culinaires salées (à base de riz) et sucrées (gâteaux, riz, crêpes), réalisées dans la plupart des pays d'Asie (Malaisie, Indonésie, Thaïlande, ViêtNam, Chine, Sri Lanka, Singapour, Philippines...).

En Inde et au Bangladesh le pandan est utilisé pour rehausser les préparations culinaires tels le pulao (riz pilaf), le biryani (riz préparé avec des épices, de la viande, des œufs ou des légumes), ainsi que dans un dessert : le payesh (sweet coconut rice pudding).

Au ViêtNam, le jus extrait des feuilles de pandan, d'un goût amer, est couramment utilisé dans les plats à base de riz gluant comme le bánh chuối (gâteau à la banane).

Aux Philippines, elles servent à parfumer salade de fruits (buko pandan fruit salad), desserts à base de riz et la plupart des boissons sucrées.

En Indonésie on les utilise dans le sirop de la nata de coco (cubes d'eau de coco gélifiée - recette originaire des Philippines), ainsi que pour parfumer les crêpes au pandanus.

fleur La plante est stérile. Les fleurs apparaissent que très rarement.



photo Wikipedia

utilisations