

Cette recette de Rfissa d'Algérie utilise de nombreux ingrédients dont des plantes, parmi lesquelles de nombreuses épices. Une image de la biodiversité! En voici la liste

Plante utilisée	Nom latin	famille	Partie utilisée	Région d'origine
blé	<i>Triticum aestivum</i>	graminées	graine	Mésopotamie
oignon	<i>Alium cepa</i>	amaryllidacées	bulbe	Asie centrale
lentilles	<i>Lens culinaris</i>	fabacées	graines	Mésopotamie
fenugrec	<i>Trigonella foenum</i>	fabacées	graines	Moyen-Orient, Inde
gingembre	<i>zingiber</i>	zingibéracées	rhizome	Inde
safran	<i>Crocus sativus</i>	iridacées	Fleur : stigmates	Crète
coriandre	<i>Coriandrum sativum</i>	apiacées	feuilles et fruits séchés	Proche Orient
Ras el hanout : mélange d'épices ci-dessous + coriandre et gingembre				
poivre	<i>Piper nigrum</i>	pipéracées	graines	Inde ouest
noix muscade	<i>Myristica fragrans</i>	myristicacées	Albumen de la graine	Indonésie
curcuma	<i>Curcuma longa</i>	zingibéracées	rhizome	Inde, Malaisie
cumin	<i>Cuminum cyminum</i>	apiacées	graines	Proche Orient
cardamone	<i>Elettaria cardamomum</i>	zingibéracées	graines	Asie sud-est
piment	<i>Capsicum annum</i>	solanacées	fruit	Amérique sud