

# Piment

Piment
<p><b>Nom commun ou nom vernaculaire ambigu :</b></p> <p>L'expression « <b>Piment</b> » s'applique en français à plusieurs taxons distincts. </p>

<i>Capsicum annuum</i>
Taxons concernés
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Genre <i>Capsicum</i> (famille des <i>Solanaceae</i>) :             <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Capsicum annuum</i></li> <li>• <i>Capsicum baccatum</i></li> <li>• <i>Capsicum chinense</i></li> <li>• <i>Capsicum frutescens</i></li> <li>• <i>Capsicum pubescens</i></li> </ul> </li> </ul>

Le terme **piment** (vert, jaune, orange ou rouge) est un nom vernaculaire utilisé en français pour désigner le fruit de plusieurs espèces de plantes du genre *Capsicum* de la famille des solanacées.

Il est à noter qu'au Canada, le terme *piment* est généralement utilisé de manière restrictive pour faire référence aux poivrons, les autres variétés de *Capsicum* ayant un goût plus piquant étant qualifiés de *piment fort*.

Les piments sont originaires d'Amérique du Sud<sup>[1]</sup> et d'Amérique centrale, cultivés comme plantes potagères pour leurs fruits aux qualités alimentaires et aromatiques. Le terme désigne aussi le fruit de cette plante. Le mot correspond à cinq espèces du genre *Capsicum*.

## Description

Les fleurs sont de couleur violette, verte ou blanche et parfois maculées de jaune et rouge<sup>[1]</sup>.

## Le piquant

Les nombreuses variétés de piment peuvent se classer du doux au très fort. Il existe une échelle dite échelle de Scoville permettant de quantifier la force, liée à la teneur en capsaïcine, des diverses variétés. On trouve parmi celles-ci : le piment de Cayenne et le piment langue d'oiseau, le Habanero originaire du nord du Mexique, le piment d'Espelette cultivé au Pays basque (bénéficiant d'une AOC en France depuis 1999).

Boire de l'eau pour atténuer la force d'un piment est inutile car la capsaïcine est liposoluble (et hydrophobe), en revanche la caséine du lait neutralise l'action de la capsaïcine sur les récepteurs de la douleur. On évitera de toucher ses yeux, ses lèvres et autres muqueuses en préparant des piments sous peine de sensations de brûlures douloureuses.

Les piments sont piquants car les capsaïcinoïdes permettent d'éliminer leurs prédateurs naturels. En étudiant des plants sauvages de piments, des chercheurs ont montré que les *Capsicum* « se pimentaient » en fonction de la densité de leurs ennemis: quand les insectes sont nombreux, les plants sont plus souvent pimentés, et quand les attaques de champignons se multiplient, ils sont encore plus piquants ! Au contraire, sans nuisible, les piments sont plus doux<sup>[2]</sup>.

C'est pour ces qualités que le piment est devenu un ingrédient de base dans toutes les cuisines tropicales. Dans un pays chaud, agrémenter ses plats avec du piment aurait un effet bactéricide et permettrait donc de réduire fortement les infections intestinales.

## Saveur

Outre leurs qualités piquantes, les piments ont une saveur ou un parfum. Un habaneros n'a pas le même goût qu'un piment thai.

## Santé

Tous les piments contiennent des composés phytochimiques connus collectivement sous le nom de Capsaïcinoïdes.

- La capsaïcine a permis en laboratoire, l'apoptose de cellules cancéreuses chez le rat<sup>[3]</sup>.
- Des recherches récentes chez la souris montrent que le piment (la capsaïcine en particulier) pourrait permettre une perte de poids chez les personnes souffrant d'obésité<sup>[4],[5]</sup>.
- Des chercheurs ont utilisé la capsaïcine du piment pour tuer les cellules nerveuses du pancréas de souris ayant un diabète de type 1, permettant ainsi aux cellules productrices d'insuline de recommencer à produire de l'insuline<sup>[6],[7]</sup>. Les chercheurs ont constaté que la quantité d'insuline nécessaire pour abaisser la glycémie après un repas est réduite si le repas contient du piment<sup>[8]</sup>.
- Après l'ajout de piment à l'alimentation, le LDL, ou mauvais cholestérol, résiste plus longtemps à l'oxydation, ce qui retarde le développement d'un risque majeur pour les maladies cardio-vasculaires<sup>[9]</sup>.
- Les épices, et le piment, permettent de contrôler les niveaux de contamination microbienne des aliments dans les pays avec peu ou pas de réfrigération<sup>[10]</sup>.
- Une consommation élevée de piment est associée au cancer de l'estomac<sup>[11]</sup>.
- Les aflatoxines et composés N-nitroso, qui sont cancérigènes, se retrouvent fréquemment dans la poudre de piment<sup>[12]</sup>.
- Une ingestion chronique de piment peut induire un reflux gastro-œsophagien<sup>[13]</sup>.
- L'ingestion de petites quantités de piment peut aggraver temporairement l'état de patients souffrant d'hémorroïdes, en provoquant douleur, démangeaisons et saignements<sup>[réf. souhaitée]</sup>.
- La consommation de piments ou d'autres épices peut aggraver l'inflammation des maladies articulaires, telles que la bursite et la goutte<sup>[réf. souhaitée]</sup>.
- Une consommation élevée de piments peut provoquer des irritations, brûlures au niveau de l'anus lors de la défécation<sup>[réf. souhaitée]</sup>.

## Espèces

Il existe en fait cinq espèces de piments domestiquées, chacune distinguable (en partie) grâce à ses fleurs :

- *Capsicum annuum* (se prononce a-nu-om) : la plus cultivée (quelques variétés : Jalapeño, Cayenne, Paprika, Ancho, les différents wax...). Les fleurs sont généralement blanches. On trouve aussi des variétés décoratives (comme *peruvian purple*, aux fleurs violettes) dont la saveur n'est pas le point fort.
- *Capsicum baccatum* : généralement, fleurs blanches avec des traces jaunes ou vertes sur les pétales. Ce sont souvent de grandes plantes (plus de un mètre de haut). Les aji (piments d'Amérique du Sud) appartiennent à cette espèce.
- *Capsicum chinense* : qui ne vient pas de Chine, contrairement à ce que le nom suggère, mais d'Amérique du Sud (comme les autres). Les fruits ont une saveur caractéristique d'abricot, mais ils sont aussi parmi les plus forts qu'on puisse goûter, donc il convient de prendre ses précautions à la dégustation. Quelques variétés : Habanero, coiffe d'évêque. Ces espèces sont lentes à germer et lentes à mûrir, elles demandent un climat chaud et humide (tropical).
- *Capsicum frutescens* : les variétés de *C. frutescens* donnent des fleurs blanches, teintées de vert, avec des anthères violettes. Elles sont peu cultivées, mis à part le fameux tabasco.
- *Capsicum pubescens* : sans doute les variétés les moins communes en culture, car ce sont les plus délicates. Les fleurs sont violettes, avec des anthères blanches. C'est la seule espèce produisant des graines noires. Le piment rocoto fait partie de cette famille.

En outre, on trouve 23 espèces sauvages, généralement à petits fruits (qui sont avalables par les oiseaux, le vecteur naturel de reproduction des piments).

## Variétés

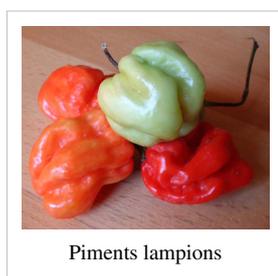
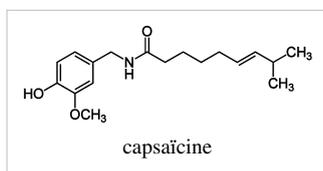
- Anaheim (*Capsicum annuum* 'Anaheim') ou *aji Colorado*, *piment de Californie*, *piment du Nouveau Mexique*, *piment du Rio Grande*
- Ancho, ou *piment poblano*
- Chiltepin
- Chimayo
- Cubanelle ou *cascabel*, *petit hochet*
- De Árbol
- Guajillo
- Habanero (*Capsicum chinense*) ou *jamaican hot*, *piment lampion*, *piment antillais*, *rocotillo*, *scotch bonnet*
- Jalapeño (*Capsicum annuum*) ou *chipotle*, *morita*
- Paprika (*Capsicum annuum*)
- Pasilla ou *chilaca*
- Pili-pili
- Piment banane *jaune* ou *rouge*
- Piment de Cayenne (*Capsicum frutescens*, *Capsicum baccatum*) ou *aji*, *piment enragé*, *poivre de Cayenne*
- Piment d'Espelette (*Capsicum annuum* L. *Gorria*)
- Piment doux de Gascogne ou piment doux des Landes (*Capsicum annuum*)
- Piment kabyle
- Piment oiseau ou *pequin*, *piment zozio*, *piri-piri*
- Piment végétarien particulièrement parfumé sans être très fort, très populaire aux Antilles
- Piment vietnamien
- Poivron (*Capsicum annuum*) aussi appelé *piment doux*
- Pulla

- Serrano
- Piment d'ornement
- Piment Naga Viper, un piment hybride jugé le plus fort du monde

## Utilisation

Le piment peut servir à fabriquer un puissant insecticide naturel<sup>[14]</sup>. Pour l'obtenir, il suffit de piler finement 300 g (correspondant à six poignées de piment frais ou trois de piment sec), puis de mélanger à deux litres d'eau. Le tout est bien secoué dans un récipient à couvercle étanche afin d'obtenir un mélange homogène (attention aux yeux !). Ensuite, il faut procéder au filtrage. De l'eau savonneuse est ajoutée à la solution filtrée afin qu'elle se fixe sur les feuilles. On obtient ainsi un concentré qu'il convient de répandre immédiatement à l'aide d'un pulvérisateur ou d'un arrosoir à main. De l'avis des spécialistes, il s'agit là d'un puissant insecticide qui détruit en un délai très court les parasites. Il serait aussi utilisé dans certains milieux comme châtiment corporel.

## Galerie





Fiesta ou *capsicum annuum*  
'Fiesta' - Muséum de Toulouse

## Autres plantes appelées piment

- *Myrica gale* : piment royal ou piment aquatique
- *Polygonum hydropiper* : piment aquatique

## Notes et références

- [1] Marie-Pierre Arvy, François Gallouin, Epices, aromates et condiments, éditions belins, 2003 (ISBN 2-7011-3063-8)
- [2] PNAS - 11 août 2008
- [3] Athanasiou A, Smith PA, Vakilpour S, et al (2007). *Vanilloid receptor agonists and antagonists are mitochondrial inhibitors: how vanilloids cause non-vanilloid receptor mediated cell death*. Biochem. Biophys. Res. Commun. 354 (1): 50–5. doi:10.1016/j.bbrc.2006.12.179. PMID 17214968.
- [4] Hsu CL, Yen GC (2007). *Effects of capsaicin on induction of apoptosis and inhibition of adipogenesis in 3T3-L1 cells*. J. Agric. Food Chem. 55 (5): 1730–6. doi:10.1021/jf062912b. PMID 17295509.
- [5] <http://www.nutraingredients-usa.com/news/ng.asp?id=74603-capsaicin-weight-management-obesityChilli>
- [6] Razavi R, Chan Y, Afifiyan FN, et al (2006). *TRPV1+ sensory neurons control beta cell stress and islet inflammation in autoimmune diabetes*. Cell 127 (6): 1123–35. doi:10.1016/j.cell.2006.10.038. PMID 17174891.
- [7] Chili extract makes diabetes go away (<http://www.canada.com/vancouver/news/story.html?id=33922fce-3495-4dc6-9fb5-0dfc4ab5b7fc&k=50540>)
- [8] Blood sugar and spice ([http://findarticles.com/p/articles/mi\\_m1200/is\\_7\\_170/ai\\_n16690548](http://findarticles.com/p/articles/mi_m1200/is_7_170/ai_n16690548))
- [9] Chili peppers can improve your health (<http://www.dailyherald.com/story/?id=33273>)
- [10] Billing J, Sherman PW (1998). *Antimicrobial functions of spices: why some like it hot*. The Quarterly review of biology 73 (1): 3–49. doi:10.1086/420058. PMID 9586227.
- [11] Mathew A, Gangadharan P, Varghese C, Nair MK (2000). *Diet and stomach cancer: a case-control study in South India*. Eur. J. Cancer Prev. 9 (2): 89–97. doi:10.1097/00008469-200004000-00004. PMID 10830575.
- [12] Fazekas B, Tar A, Kovács M (2005). *Aflatoxin and ochratoxin A content of spices in Hungary*. Food additives and contaminants 22 (9): 856–63. doi:10.1080/02652030500198027. PMID 16192072.
- [13] Milke P, Diaz A, Valdovinos MA, Moran S (2006). *Gastroesophageal reflux in healthy subjects induced by two different species of chili (Capsicum annuum)*. Digestive diseases (Basel, Switzerland) 24 (1-2): 184–8. doi:10.1159/000090323. PMID 16699276.
- [14] Recherches du Centre International pour la Promotion de la Création (CIPCRE), une organisation non-gouvernementale de l'ouest du Cameroun.

# Sources et contributeurs de l'article

**Piment** *Source:* <http://fr.wikipedia.org/w/index.php?oldid=84972455> *Contributeurs:* A2, Abrahami, Alct, Amoceann, Angeldream, Aroche, Atilin, Bc789, Bel Adone, BenduKiwi, Benjamin Pineau, Callisto, Carbone14, Cayambe, Chandres, CommonsDelinker, Coyote du 86, Darreenvt, Dfeldmann, DocteurCosmos, Erasmus, FoeNyx, Francis.gernet, Fred.th, Gribeco, Hautevienn87, Herepin, Herman, Idarvol, Isaac Sanolnacov, Jastrow, Jean-no, Kakoui, Khardan, Kiliti, Kolossus, Korrigan, La pinte, Lachaume, Laddo, Liné1, Litlok, Lutin jovial, Léna, Mahaba, Manu1960, Manu486, Manuguf, Marigollotte, Melindaoba, Michel Chauvet, Nataraja, Nipisiquit, Orthogaffe, Pancrat, Parcemihi, PierreSelim, Pinheiros, Pixeltoo, Ptyx, Red Castle, Ryo, RémiH, Salix, Shtong, Sebjarod, Semnoz, Sinse59, Ske, Skippy le Grand Gourou, Sparkles, Spedona, TED, Taco24, Taguelmoust, Tella, Titlutin, Toony, Trace, Vargenau, Violette.letourneau, VonTasha, Woww, Xhienne, Zyzomys, 96 modifications anonymes

## Source des images, licences et contributeurs

**Image:Disambig colour.svg** *Source:* [http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Disambig\\_colour.svg](http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Disambig_colour.svg) *Licence:* Public Domain *Contributeurs:* Bub's

**Image:Capsicum annuum - Köhler-s\_Medizinal-Pflanzen-027.jpg** *Source:* [http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Capsicum annuum - Köhler-s\\_Medizinal-Pflanzen-027.jpg](http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Capsicum annuum - Köhler-s_Medizinal-Pflanzen-027.jpg) *Licence:* Public Domain *Contributeurs:* Franz Eugen Köhler, Köhler's Medizinal-Pflanzen

**Image:Capsaicin\_Formulae.png** *Source:* [http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Capsaicin\\_Formulae.png](http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Capsaicin_Formulae.png) *Licence:* Public Domain *Contributeurs:* Jürgen Martens (Jü at de.wikipedia)

**Image:Capsicum annuum Bluete.jpg** *Source:* <http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Capsicum annuum Bluete.jpg> *Licence:* Public Domain *Contributeurs:* Carstor, Joy, Matt314

**Image:2009 piments-rouges-verts.jpg** *Source:* [http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:2009\\_piments-rouges-verts.jpg](http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:2009_piments-rouges-verts.jpg) *Licence:* Creative Commons Attribution-Share Alike *Contributeurs:* André Loconte

**Image:Chilis-2.jpg** *Source:* <http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Chilis-2.jpg> *Licence:* Creative Commons Attribution-Sharealike 2.5 *Contributeurs:* Lotus Head from Johannesburg, Gauteng, South Africa

**Image:piment\_sec.jpg** *Source:* [http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Piment\\_sec.jpg](http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Piment_sec.jpg) *Licence:* GNU Free Documentation License *Contributeurs:* Nataraja at fr.wikipedia

**Image:Piments champions.jpg** *Source:* [http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Piments\\_champions.jpg](http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Piments_champions.jpg) *Licence:* Public Domain *Contributeurs:* Jastrow at fr.wikipedia

**Image:Capsicum0.jpg** *Source:* <http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Capsicum0.jpg> *Licence:* Public Domain *Contributeurs:* Aldipower, Carstor, Flominator, Paulbe, Red devil 666, Saperaud, Tiptoety, 1 modifications anonymes

**Image:Capsicum1.jpg** *Source:* <http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Capsicum1.jpg> *Licence:* GNU Free Documentation License *Contributeurs:* Aldipower, PatríciaR, Paulbe

**Image:Chile Habanero.jpg** *Source:* [http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Chile\\_Habanero.jpg](http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Chile_Habanero.jpg) *Licence:* Public Domain *Contributeurs:* Original uploader was Manu486 at fr.wikipedia

**Image:Piment de cayenne marché.jpg** *Source:* [http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Piment\\_de\\_cayenne\\_marché.jpg](http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Piment_de_cayenne_marché.jpg) *Licence:* Creative Commons Attribution-ShareAlike 3.0 Unported *Contributeurs:* Arria Belli

**Image:piment\_murissement.jpg** *Source:* [http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Piment\\_murissement.jpg](http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Piment_murissement.jpg) *Licence:* Creative Commons Attribution-Sharealike 3.0,2.5,2.0,1.0 *Contributeurs:* Hcrepin

**Image:Piment fort.jpg** *Source:* [http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Piment\\_fort.jpg](http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Piment_fort.jpg) *Licence:* Creative Commons Attribution 3.0 *Contributeurs:* Atilin

**File:Capsicum annuum var. Fiesta - MHNT.jpg** *Source:* <http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Capsicum annuum var. Fiesta - MHNT.jpg> *Licence:* Creative Commons Attribution 3.0 *Contributeurs:* User:PierreSelim

## Licence

---

Creative Commons Attribution-Share Alike 3.0 Unported  
[//creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/](http://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/)