

Le sucre Muscovado



Qu'est-ce que le sucre Muscovado ?

Le sucre Muscovado est un sucre de canne pur et non raffiné, à la forte teneur en mélasse, provenant principalement de l'Île Maurice et des Philippines. Il possède une couleur ambrée profonde et une texture humide caractéristique.

Il est indispensable à la confection de certains des meilleurs desserts du monde, comme le blondie, un gâteau ressemblant à un brownie mais sans chocolat, ou certaines recettes comme dans les bonbons au caramel au beurre salé.

Le terme Muscovado est l'appellation de l'Île Maurice, alors qu'aux Philippines, on l'appelle plutôt "mascobado". En Asie du Sud, il existe un sucre très similaire qu'on appelle gur ou jaggery. Au Mexique, on le nomme chancaca, panela ou piloncillo, et bien sûr, plus connu, au Brésil on l'appelle rapadura.

Quelle est sa saveur ?

Son parfum est tout aussi unique qu'exceptionnel. Il possède une saveur rappelant le [pain d'épices](#), avec des subtiles notes aromatiques de [réglisse](#), de [vanille](#) et une touche caramélisée : il est irrésistible. Avec son goût, il a un côté [sucre de Noël](#).

En bouche, sa texture est souple et agréable, il fond immédiatement sur la langue pour envahir le palet de sa saveur puissante.

Contrairement au sucre blanc comme notre [sucre perlé](#), qui n'apporte pas que la saveur sucrée, ce sucre rare possède une exceptionnelle longueur en bouche, avec une évolution d'arômes complexe. On le mangerait à la cuillère !

La première fois que je l'ai senti et goûté, je n'ai pas cru que c'était un sucre nature, persuadé qu'il était aromatisé !

Comment est-il fabriqué ?

Il est issu de la canne à sucre, contrairement au [sucre d'érable en pépites](#) qui est issu de la sève de l'érable, au [sucre de coco](#) qui est issu des fleurs du cocotier, ou encore du [sucre de palme](#) qui est issu des fleurs de palmier.

Sa fabrication est totalement artisanale et n'a pas changé depuis des lustres : on commence par extraire le jus de la canne à sucre, appelé vesou, que l'on va filtrer avant de le faire chauffer.

Le jus de canne à sucre va lentement réduire au soleil, étape cruciale pendant laquelle les nutriments vont se concentrer, et les saveurs uniques du sucre vont se développer. Lorsque tout le liquide est évaporé, le résidu est séché puis broyé.

Contrairement à la plupart des sucres, comme [la cassonade](#), le muscovado n'est pas séparé de sa mélasse, le résidu brun et visqueux non cristallisable du sirop de canne, qui est riche en sels minéraux, en oligo-éléments, en vitamine B6, et surtout en parfums. C'est cette caractéristique qui lui donne son odeur et son goût unique au monde, ainsi que sa couleur caramel irrésistible, qui rappelle [le sucre au caramel](#). C'est aussi la mélasse qui donne sa couleur si particulière au [sucre noir d'Amami](#).

Ce sucre en poudre est 100% naturel et ne subit aucun raffinage, on dit que c'est un sucre intégral.

Comment bien le conserver ?

C'est un sucre naturellement humide, qui fait des gros blocs. Cela n'a pas d'influence sur la qualité du sucre, mais si vous souhaitez éviter cela, conservez-le dans une boîte hermétique bien au sec.

Quels avantages à consommer du sucre Muscovado ?

Sa saveur et sa consistance :

Déjà évoqué précédemment, **le parfum du sucre muscovado est sans égal**. Il donne donc l'impression d'avoir un pouvoir sucrant plus élevé que les autres sucres, surtout les sucres raffinés, conséquence : **on sucre moins** ! Vous pouvez réduire la quantité de 25% par rapport à un sucre classique : 75 g de muscovado pour 100 g de sucre en poudre.

De plus, il n'est pas sec mais plutôt humide, il donne **donc aux préparations un moelleux très appréciable**.

Son usage en cuisine :

Absolument partout dans la cuisine sucrée, il n'y a pas de recettes qu'il ne sublimerait pas ! Il apportera une texture moelleuse, une jolie couleur dorée, et un parfum caractéristique.

Mettez-en dans le blondie bien sûr, vos bonbons maison, dans les cookies, les muffins, les cakes, les entremets, les crèmes, les biscuits, dans tous vos pâtes à gâteaux, tartes, fondant au chocolat, crumbles, pains d'épices, etc. Après la cuisson, il reste toujours des petits grains qui n'ont pas fondu et qui croquent sous la dent, libérant toutes ses saveurs.

À mon goût, son usage est optimum dans les desserts épicés : pain d'épices, crème catalane, carrot cakes, spéculoos, riz au lait, compotes, confitures, etc.

À saupoudrer sur les desserts comme les crèmes brûlées avant d'enfourner pour faire un caramel des plus parfumés sur le dessert. Je m'en suis déjà servi pour faire un [pralin de noisettes](#), c'était succulent.

Servez-vous en pour sucrer vos yaourts naturels, fromages blancs, crêpes, gaufres, fruits, glaces, boissons (café, thé, chocolat chaud, jus de fruits, smoothie, etc.) bref, partout ! Utilisez-le à la place du miel pour faire caraméliser les plats salés.

Ses bienfaits pour la santé :

Bon, ça reste du sucre hein, il ne faut pas s'emballer ! Mais tout de même, le mascobado est **impressionnant sur le plan nutritionnel**. Étant non raffiné, il conserve les nutriments apportés par la canne à sucre.

Il est riche en nutriments assimilables par notre organisme : sels minéraux, principalement potassium, calcium et magnésium, essentiels pour le bon fonctionnement des systèmes cardiaque et nerveux, ainsi qu'en vitamines B3, B5, B6 et B9, cela car c'est un sucre complet (avec sa mélasse), non raffiné, contrairement au sucre blanc entièrement raffiné tout en calories vides.

Comme ce sucre n'est pas déminéralisant, il permettrait d'éviter les caries, même si, pour les éviter totalement, il vaut mieux se tourner vers des [feuilles de stévia](#).