



ToutEquateur  
Télécharger ici notre liste de partenaires  
avec plus de 200 hébergements et activités  
coup coeur offerts par nos partenaires  
partout dans le pays

## Le ceviche : plat typique d'Équateur

Dernière mise à jour le 08/04/2024

Le ceviche est un plat typique d'Amérique latine que tous les pays s'arrachent. Mais alors, comment est-il dégusté en Équateur ?  
Je vous dis tout !

*En bref : Le ceviche est un plat très célèbre en Équateur et dans toute l'Amérique latine en général... Mais alors, connaissez-vous la particularité qui lui vaut son originalité ici ? Je vous dis tout dans cet article !*

### L'origine du ceviche est-elle vraiment en Équateur ?

Beaucoup s'arrachent l'**origine du ceviche**, alors provient-il du Pérou comme certains le prétendent ? D'Espagne ? D'Équateur ? La réponse est que personne ne sait vraiment ! Même si c'est au Pérou qu'il est souvent considéré comme le plus savoureux, vous en trouverez **à travers toute l'Amérique du Sud et centrale**, décliné sous différentes manières. Une chose est sûre : il est reconnu dans tout le continent latino-américain.

Le ceviche est né après l'arrivée des Espagnols sur ce territoire. Effectivement, certains plats sont le produit d'un métissage de cultures ayant eu lieu lors de la conquête et la colonisation. Cette fusion a donc créé un mélange entre les aliments traditionnellement consommés par les populations autochtones et ceux apportés par les Européens.

« Nous allons avoir le mélange le plus direct dans le ceviche. » Alors que les locaux consommaient déjà du poisson (de mer et de rivière), des crustacés et des mollusques, ces derniers se laissaient mariner dans du citron, avec de l'oignon et de la coriandre, produits qui naviguaient sur les bateaux du Vieux Continent. C'est pour cela que sa recette s'est répandue dans toutes les colonies d'Amérique latine.

Ce fameux plat a plusieurs orthographes bien différentes : cebiche, sebiche ou encore seviche... Bon, je préfère quand même la version classique : ceviche !

Plusieurs théories existent quant à la **provenance de son nom**. Certains pensent qu'il pourrait provenir du mot quechua « siwichi », qui voudrait dire « poisson frais ». Une autre hypothèse dit qu'il viendrait du mot arabe « sibeck », qui désignerait les aliments acides. Enfin, le nom s'inspirerait de l'« escabeche » d'Espagne, soit l'escabèche en français, une marinade à base d'huile et de vinaigre. Du coup, avec tout ça, on ne sait plus vraiment où donner de la tête !

Concentrons-nous donc juste sur le fait que, peu importe le pays, la base du plat est toujours la même et reprend les **ingrédients principaux** : jus de citron vert ou jaune, poisson cru ou fruits de mer, en y ajoutant oignon et feuilles de coriandre fraîche pour encore plus de goût.

### La particularité du ceviche en Équateur

En Équateur, la **recette du ceviche** est quand même bien différente ! Généralement, il se présente sous forme de soupe froide à la tomate. Les fruits de mer (souvent des crevettes, du poulpe ou bien encore des langoustines) y sont introduits cuits et l'assaisonnement n'est pas du tout piquant comme celui que l'on peut trouver au Pérou par exemple. J'en ai d'ailleurs fait les frais lors d'un voyage à Lima, le piment m'est monté à la tête ! Bien évidemment, on retrouve de nouveau des oignons, de la coriandre et du citron ! Servi avec, vous trouverez des chifles (des chips de banane plantain), du maïs grillé et du popcorn ! Original, non ? Bien sûr, dans chaque région, il est préparé de manière différente.

Il existe même des versions végétariennes à base de cœur de palmier (excellent !) ou de champignons. Le cevichocho (ceviche de graines de lupin !) est commun dans les Andes et très nourrissant, il se mange sur le pouce dans la rue comme un snack sain. Personnellement, j'adore l'acidité du jus des petits citrons verts et le curtido, cette sauce à base de tomates finement coupées en cubes, avec des oignons rouges, également coupés en fines lamelles. Une petite pincée de sel pour assaisonner le tout et hop, le tour est joué !

En apéritif ou en plat principal, en Équateur ou ailleurs, vous l'aurez compris, le ceviche est l'un des plats les plus appréciés et reconnus le long de la côte pacifique. **Plat frais et savoureux**, il saura vous séduire comme à moi et je vous garantis que vos papilles vous remercieront ! Lisez plus sur [la gastronomie](#) et les [boissons](#) locales dans nos articles dédiés à ce sujet.

Si vous êtes en pleine [préparation de votre voyage en Équateur](#), n'hésitez pas à vous rendre sur le [forum](#), c'est avec plaisir que je vous répondrai en priorité. Pensez aussi à consulter [le blog](#) du Réseau Solidaire ToutÉquateur, de vraies mines d'informations pour vous ! Aussi moi et l'équipe nous sommes prêts à répondre à vos questions lors du [briefing de bienvenue](#) où d'un [appel gratuit](#) avant votre arrivée.



ToutEquateur  
Télécharger ici notre liste de partenaires  
avec plus de 200 hébergements et activités  
coup coeur offerts par nos partenaires  
partout dans le pays

A très bientôt !

**Léon de Quito.**

*Un [road-trip dans les Andes](#) ? Un [séjour en Amazonie](#) ? Une [croisière aux Galapagos](#) ? Je vous aide avec plaisir à profiter des trésors de l'Équateur aux meilleures conditions grâce aux partenaires du Réseau Solidaire ! Dès maintenant, vous pouvez aussi me poser toutes vos questions sur le [Forum](#) en commençant une nouvelle discussion. Allez, je vous attends !!!*