

gout.ch

Le Magazine de
la Semaine suisse du Goût®
N° 10 – 2020

Franck Giovannini
Parrain de la
Semaine du Goût 2020

Heidiland
La Région suisse
du Goût 2020

AOP-IGP
L'importance de l'identité
et de l'authenticité



2020 ANS
JAHRE
ANNI



avec le parrainage


Slow Food®CH



L'oseille, votre spécialité ?

Crésus simplifie le paiement de vos fournisseurs,
l'établissement de vos salaires, l'émission de vos factures
et automatise votre comptabilité.

Crésus[®]
Les logiciels de gestion

www.cresus.ch | 0848 27 37 87

Sommaire



ÉDITORIAL	5
HEIDILAND Région du Goût 2020	6
FRANCK GIOVANNINI Parrain de la Semaine du Goût 2020	10
ASTUCES contre le gaspillage alimentaire	14
SLOW FOOD TRAVEL un tourisme gourmand et durable en Valais	18
PARCS SUISSES produits régionaux et durables	22
BIO SUISSE vivre en harmonie avec la nature	25
UNITERRE la beauté fragile de notre monde	29
PURÉPEAUTRE les pâtes de la biosphère	30
IP-SUISSE des céréales durables, locales et délicieuses	32
AOP-IGP une question d'identité	34
REGIO CHALLENGE manger ce qui pousse au bord du chemin	39
POSTER zero waste	40
PAS À PAS de la poule au risotto	42
VINGT ANS DE LA SEMAINE DU GOÛT témoignages	44
ELDORA sa stratégie contre le gaspillage alimentaire	47
JOSEPH FAVRE un cuisinier visionnaire	50
SÉCURITÉ ALIMENTAIRE une priorité pour l'Éthiopie	52
MAGASINS DU MONDE les dangers de la libéralisation économique	55
PAYS ROMAND quand authenticité rime avec durabilité	56
CENOTOURISME Vaud vend sa gourmandise	61
JARDINS GRISONS les jolis fruits de Landquart	65
FOURCHETTE VERTE 25 ans et toutes ses dents	66
ÉCOLE HÔTELIÈRE DE LAUSANNE un village de l'innovation	69
VINS SUISSES la relance passe par la table	74
AGRITOURISME au-delà de la chambre d'hôtel	77
RECETTE gratin de pâtes PURÉPEAUTRE	79
PROVIANDE de la viande suisse, sinon rien	80
MINES DE SEL DE BEX la vie au cœur de la montagne	83
V-ZUG partenaire de confiance des meilleurs chefs de Suisse	87
EPFL alimentation et durabilité	91
LA CHARTE de la Semaine du Goût	94
COMITÉS QUALITÉ	95

LE LABEL DES RESTOS QUI CUISINENT



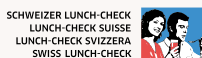
Retrouvez le savoir-faire dans votre assiette.

Liste des restaurants labellisés:

LABELFAITMAISON.CH



avec le soutien de:



Retour sur terre, retour du bon sens

Une forme de vie a repris ses droits. Mais dans nos têtes défilent des images contradictoires de nourriture. Des marchés paysans interdits sur nos places, alors que des supermarchés n'ont jamais été fermés. Des marchés à la ferme réinventés avec des files interminables et des « fast food drive » assaillis dès le soupçon de déconfinement. À cela s'ajoute une sortie de l'ombre des défavorisés venus toucher leur ravitaillement de survie dans le pays le plus riche du monde...

Derrière chaque carré de levain et paquet de farine retrouvés, on veut se rassurer qu'il restera un réflexe. Juste de quoi grignoter un petit pourcentage en faveur de la vente directe et de la place de la cuisine dans la vie quotidienne...

Derrière la question sanitaire, se profile la question du droit à la nourriture pour tous. Cette question va devenir centrale. Bien entendu pour ses ramifications avec la destruction des écosystèmes qu'a induite l'agriculture industrielle avec son cortège de perte de biodiversité et d'élevages industriels. Mais aussi comme question de base pour un « retour sur Terre ».

En Suisse, en 20 ans, un tiers des fermes agricoles ont disparu. Les conditions de vie des paysans se sont aggravées. L'ouverture des marchés fait pression sur les prix, alors que la part de la nourriture dans le budget des ménages est désormais de 6%. Ce « rien mensuel » justifie le gaspillage alimentaire, jusqu'à 35% de la nourriture qui part à la poubelle.



—
**FÊTONS ENSEMBLE
LE RETOUR
DU BON SENS DANS
NOTRE NOURRITURE
DU QUOTIDIEN!**
—

L'uniformisation du goût va de pair avec la disparition de la biodiversité végétale et animale. La nourriture finit par ne plus parler à la population, la convivialité autour de la table s'efface au profit du gavage rapide et solitaire. Et la boucle est bouclée pour les grandes chaînes de l'agro-alimentaire.

Depuis 20 ans, nous organisons la Semaine suisse du Goût. En toute humilité, nous pouvons dire que nous avons apporté notre contribution pour changer le quotidien de la nourriture dans notre pays. Avec Slow Food sur le plan planétaire, nous pensons qu'il faut redonner sens au droit à l'alimentation comme droit primordial de l'humanité. L'irruption des communautés de mangeurs, soutenant la biodiversité gustative, regroupant les cuisiniers authentiques du territoire est un élément central de la prise de conscience planétaire. Le grand changement, c'est que les producteurs de nourriture ne sont plus seuls face à l'agro-industrie, les mangeurs sont devenus leurs alliés.

Nous fêtons notre 20^e anniversaire avec un Parrain du Goût exceptionnel, un cuisinier-chef humble, Franck Giovannini, signataire de l'Appel suisse du droit à bien manger. Le Heidiland, cette région qui a chaque pied dans deux cantons différents, sera notre Région suisse du Goût 2020.

Revenons sur Terre, sur sa biodiversité, sur son patrimoine du goût. Fêtons ensemble le retour du bon sens dans notre nourriture du quotidien! C'est notre espoir et notre ambition.

Josef Zisyadis

directeur de la Fondation
pour la Promotion du Goût

co-président de Slow Food Suisse

membre du Comité national
suisse FAO (CNS-FAO)



Ambassadrice de la « Semaine suisse du Goût », Heidiland, région de villégiature et de loisirs sise entre les cantons de Saint-Gall et des Grisons, porte cette année le titre de « Région suisse du Goût ». Partons ensemble à la découverte culinaire de la patrie de Heidi!

Plaisirs du palais à Heidiland

Texte, Paul Imhof – Photos, Heidiland Tourismus

« Heidiland » est le nom qui a été donné à la région touristique qui s'étend sur plus de 700 km² du lac de Walen aux portes de Coire en passant par le pays de Sargans et la Seigneurie grisonne. En son centre, la charmante et huppée station thermale de Bad Ragaz, et à ses confins, des villages de montagne peu connus, tels que Vättis et Weisstannen, ou des plus célèbres comme Maienfeld et son Heididorf qui attire des foules de visiteurs de tous horizons.

« Les eaux de ce lac sont de 3 à 4° plus froides que celles du lac de Zurich », nous apprend Hanspeter Gubser, l'unique pêcheur professionnel du lac de Walen. « Les poissons prennent deux années de plus que leurs congénères des lacs de Zurich et de Constance pour atteindre leur taille adulte. » Ce qui expliquerait pourquoi leur chair est plus compacte, et si prisée des meilleurs chefs de la région; des clients sur lesquels Hanspeter Gubser peut compter: les poissons du lac de Walen sont en effet d'une qualité exceptionnelle.

« Dans les années 1970 et 1980, on capturait dans les 100 à 120 tonnes par année », raconte le pêcheur, qui a quitté le monde des affaires immobilières il y a douze ans pour trouver son bonheur dans cette activité. « Ces temps-ci, on est entre cinq et sept tonnes. » Ce n'est pas énorme, mais sa situation est stable sur un marché où la demande augmente. L'année dernière, Gubser avait à son actif trois tonnes de féras, 500 kilos de perches, 300 brochets, des ombres, des lottes, des rotengles, des gardons... et 50 truites lacustres – un poisson qui nous fait rêver. Heureux, celles et ceux qui peuvent acheter une vraie truite lacustre ou s'en régaler dans un restaurant!

Hanspeter Gubser n'a pas à se soucier des amateurs: ceux qui sont à l'affût d'un poisson frais viennent le chercher directement dans sa pêcherie, la Fischerei Frosch à Walenstadt, et ceux qui préfèrent s'en remettre au destin réserveront une table dans un des restaurants approvisionnés par le pêcheur. Ces derniers sont

nombreux à proposer des plats innovants: Heidiland Tourismus évoque avec fierté « une densité de gastronomes émérites comme on en rencontre seulement dans certaines villes ou stations thermales haut de gamme ». On compte cinq étoiles Michelin dans la région – le restaurant « Memories » du Grand Resort Bad Ragaz s'est vu attribuer d'emblée deux étoiles cette année – ainsi que de nombreux points GaultMillau, surtout à Bad Ragaz mais aussi en direction du lac de Walen via Mels, Fläsch et Maienfeld.

Des plats innovants et authentiques

Vos sens s'éveilleront et vos palais se réjouiront aussi de plats authentiques servis dans des auberges situées au cœur de vallées plus isolées. Le pays de Sargans a bien plus à offrir que les seules gorges de la Tamina: les fromages qu'on y produit sont un véritable secret de connaisseurs. Il est assez difficile de trouver du fromage d'alpage saint-gallois, glaronnais, uranais ou grison, autant de varié-



tés désormais inscrites au répertoire du patrimoine culinaire suisse (patrimoine-culinaire.ch).

Le fromage d'alpage, au lait cru, ne peut être élaboré que durant la saison estivale (selon la situation géographique et le climat, les trois à quatre mois d'été). L'alpe ou la sente doit être clairement définie, c'est uniquement sur le terrain attribué que les vaches sont autorisées à brouter.

Cependant, la pression des coûts et des directives plus sévères forcent l'artisanat traditionnel à se réinventer. Les clients se montrent aussi plus exigeants. On évolue en ce sens du côté de Flumserberg, où les producteurs sont encouragés à échanger avec les touristes. Sur l'alpe de Tannenboden, à 1400 mètres d'altitude, tout un chacun peut ainsi voir et apprendre en quoi consiste le travail qui s'accomplit dans la «fromagerie traditionnelle», qui fait partie de la grande fromagerie d'alpage de la commune de Flumserberg, région de sports d'été comme d'hiver très appréciée. Jouxant le centre de ski de fond, cette fromagerie a ouvert ses portes cette année, avec des espaces et des équipements neufs, une fromagerie de démonstration ainsi qu'un magasin dans le restaurant «Sennästube». Marco

Gadient, président de la commune, nous explique : « Nos entreprises d'alpage ont trente ans et plus, toutes auraient dû être réaménagées pour se conformer aux directives. Beaucoup trop cher ! C'est pourquoi nous avons procédé à des fusions entre alpages : Bödem, Tannenboden et Lauiboden, Gamperdorn et Grueb ob Quarten, Panüöl, Fursch, Prod et Gafröen. »

Ces fusions se font hélas au détriment des appellations fromagères et des nuances gustatives, caractéristiques des fromages d'alpage. Mais l'avenir de la fromagerie centrale semble bien assuré, selon Marco Gadient : « Ici, fromagerie, gastronomie et tourisme convergent ; les restaurateurs et les fromagers ont du travail toute l'année. »

Tandis que dans la fromagerie traditionnelle, le lait est transformé en fromage dans une marmite en cuivre au-dessus d'un feu de bois, l'éventail de la nouvelle fromagerie est plus large : l'offre y comprend du fromage d'alpage doux et récent, de la raclette d'alpage, des mutschlis et des camemberts d'alpage, du beurre et des yogourts.

Riche du souvenir des arômes d'un morceau de fromage d'alpage bien mûri, ce voyage ne peut que nous conduire vers

les vignobles de la Seigneurie grisonne. Même si ce domaine viticole est célèbre pour son excellent Pinot Noir, le fromage d'alpage, si subtilement corsé, exige une contrepartie d'égale nature, idéalement un Completer.

Des cépages et des vins uniques

Ce sont des colons romains qui ont introduit la vigne dans la vallée alpine du Rhin ; de nos jours, des parcelles viticoles s'étendent de Quinten (Sargans) à Reichenau en passant par la Seigneurie grisonne, pratiquement toutes orientées au sud-ouest. Un document du chapitre de la cathédrale de Coire datant de 1321 assure au Completer son statut de premier cépage grison. Il est toutefois impossible d'affirmer avec certitude que sa variété blanche est indigène ; elle a probablement été importée d'Italie, où l'ancienne abbaye de Pfäfers, au-dessus de Bad Ragaz, possédait des terres. Les moines cultivaient le raisin pour leur vin de messe sur les coteaux ensoleillés de la vallée, dans la Seigneurie.

Il y a encore quelques années, le Completer passait pour un cépage en voie d'extinction ; on arrachait ses ceps, car les raisins, à peau très fine, étaient fragiles et sujets au pourrissement. Les vigneron ne pouvaient pas compter sur un cycle végétatif régulier de cette plante, et la réputation du Completer était mauvaise : acidité trop marquée, trop de tanins, réfractaire au développement. « On ne récolte les grappes qu'à la fin novembre, les raisins sont atteints de pourriture noble et si asséchés que leur jus atteint 120 à 130 degrés Oechsle », lit-on dans le Guide des vins suisses de 1943. Le Completer était reconnu « après de longs efforts de développement [...] comme un excellent vin au bouquet prononcé des nobles vins du Rhin », mais « dans les petites et moyennes années », il resterait « un vin blanc médiocre et souvent acide ».

Adolf Boner l'Ancien, fondateur de la cave Completer à Malans, avait-il lu cette phrase ? Si tel a été le cas, la moquerie retenue du rédacteur du guide ne l'aura guère affecté, puisque Boner est toujours resté fidèle à sa façon traditionnelle de vinifier son Completer. Sur les 4,5 hectares de vigne exploités dans sa



cave, seuls 30 ares sont du Completer ; le reste est composé de Pinot Gris et de Sauvignon pour les blancs, et de Pinot Noir et de Syrah pour les rouges. « Notre Completer est franc de pied », souligne Gianni Boner, directeur de la cave représentant la troisième génération, sans porte-greffes américains comme c'est généralement le cas aujourd'hui.

De jeunes vigneronnes et vigneron de la Seigneurie ont redécouvert cette ancienne variété, également parce qu'on peut désormais mieux prévoir son évolution que précédemment, et du fait que le Centre de compétences agricoles Plantahof à

Landquart cultive des jeunes plants d'une assez faible acidité. De son côté, Gianni Boner s'en tient au style familial : « À nos yeux, une acidité élevée est une bonne assurance contre les micro-organismes indésirables. »

Boner a renoncé aux sulfites pour la maturation de son Completer ; ce n'est pas sans risques, car le vin, en entrant en contact avec l'air, prend une nuance oxydative. Il développe une note de xérès le rapprochant du vin jaune du Jura français ; mais contrairement aux vigneron jurassiens, Boner pratique l'ouillage, c'est-à-dire qu'il maintient le niveau maximal

des fûts en rajoutant du vin pour compenser les pertes dues à l'évaporation en cours de maturation. Au terme du processus de fermentation et une fois que l'acidité s'est réduite biologiquement, le vin mûrit dans des fûts de chêne français jusqu'à ce qu'il soit jugé prêt à être dégusté. Cela peut prendre des années. « Le temps n'a pas d'emprise sur nous », affirme Gianni Boner. « L'année dernière à Noël, nous avons bu un Completer de 1985. »

Visitez le site de heidiland.com/fr
particulièrement heidiland.com/genuss



Heidiland, paradis du goût

Il y a plusieurs manières de faire un voyage culinaire à travers le pays de Heidi. Vous pouvez même passer une nuit très authentique dans un tonneau ! Ou alors dans le très élégant Grand Resort Bad Ragaz, un des centres de bien-être et de santé les plus réputés d'Europe. Prévoyez plusieurs jours. L'offre est aussi riche en balades

gourmandes qu'en visites guidées avec dégustations de vins.

Organisé par Heidiland Tourismus et graubündenVIVA, le Festival du Goût se tiendra du 4 au 27 septembre dans la Seigneurie grisonne ; vous pourrez y découvrir le Heidiland sous toutes ses facettes. Au programme : des promenades d'une cave à vin à l'autre (on les y appelle « Torkel »), des mets cuisinés à l'ancienne dans un foyer, des menus exclusifs accompagnés de vins

régionaux, des soirées thématiques en compagnie de producteurs locaux ainsi que des semaines spéciales dans des écoles, où seront abordés des sujets tels que le gaspillage alimentaire, la saisonnalité ou les snacks entre les repas.

→ Pour plus de détails genussfestival.ch

Le grand chef du Restaurant de l'Hôtel de Ville de Crissier est l'ambassadeur de la 20^e édition. Rencontre avant le service avec un homme pour qui l'éducation au goût est une priorité quotidienne.

Franck Giovannini

Parrain de la Semaine du Goût 2020

Propos recueillis par Manuella Magnin

Photo, DR

Pour sa vingtième édition, la Semaine du Goût peut compter sur un formidable ambassadeur. Avec 3 étoiles au Guide Michelin et 19 points au guide GaultMillau, Franck Giovannini est un des plus grands noms de la gastronomie suisse qui perpétue l'image d'excellence du Restaurant de l'Hôtel de Ville de Crissier et signe une cuisine de valeurs en parfaite adéquation avec la philosophie de la Semaine du Goût. Interview.

SDG Parrain de la Semaine du Goût 2020, pour vous qu'est-ce que cela signifie ?

FG C'est un grand honneur d'être le parrain de cette 20^e édition, car c'est en ces murs que la Semaine du Goût est née voici 20 ans. L'Hôtel de Ville a toujours entretenu des liens très étroits avec cette manifestation. Au travers de notre métier de cuisinier, nous avons le privilège de toucher tout le monde et pouvons

influencer les gens dans leurs choix. Je me réjouis d'y contribuer encore plus cette année.

SDG Vous dites souvent qu'il faut éduquer pour éveiller l'envie...

FG Trop de gens ne cuisinent plus et se contentent de mets déjà préparés ou livrés à domicile. Il faut retrouver le plaisir et l'envie de manger. Cela passe par la connaissance des produits et de la façon de les apprêter, par un lien renoué avec les artisans de qualité et les paysans de chez nous. Pour y parvenir, il est primordial d'éduquer les enfants au goût.

SDG Concrètement, comment vous engagez-vous auprès des jeunes ?

FG J'ai toujours été actif dans ce domaine, sans pour autant médiatiser toutes mes interventions. J'interviens notamment dans les écoles auprès des

enfants. J'essaie de développer leur connaissance des marchandises et de leur montrer comment les travailler, en cuisinant des tartes ou des mets simples par exemple. Je constate que les filles et fils d'agriculteurs sont très au fait des produits. Ce qui n'est pas le cas de tous.

SDG Vous défendez une cuisine de valeurs. Quelles sont celles que vous souhaitez mettre en avant dans le cadre de la Semaine du Goût ?

FG Pour moi, le produit et son origine sont à la base d'une bonne cuisine. Manger sainement, c'est manger local. Cela contribue aussi à la préservation de notre environnement. Privilégier les produits de chez nous, de qualité, élaborés par des artisans, c'est essentiel. Je salue l'initiative Lait équitable qui valorise le travail de nos paysans. Le fait que ce concept ait pris est un signe





Le fromage suisse est de qualité.

Car on peut toujours nous faire confiance.



Suisse. Naturellement.

Notre Fromage Suisse.

www.fromagesuisse.ch



encourageant. Les consommateurs se sentent plus proches des producteurs.

SDG Comment lutez-vous contre le gaspillage alimentaire ?

FG Un établissement gastronomique n'est guère confronté à cette problématique. Nous connaissons à l'avance le nombre de convives que nous aurons à chaque service. Nous pouvons donc commander au plus juste et nous ne jetons rien. Ceci dit, je trouve que tout ce qui se fait aujourd'hui pour limiter le gaspillage alimentaire est une bonne chose. Que ce soit Table Suisse, qui redistribue aux gens dans la précarité les produits excédentaires de la grande distribution et des grossistes, ou encore les applications qui proposent de sauver les invendus des commerces alimentaires et de certains établissements.

—

TROP DE GENS NE CUISINENT PLUS ET SE CONTENTENT DE METS DÉJÀ PRÉPARÉS OU LIVRÉS À DOMICILE.

—

SDG Vous présidez le Grand Prix Joseph Favre, êtes notamment membre du jury du tout nouveau Mérite culinaire suisse. Quel rôle doivent, selon vous, jouer les ténors de la gastronomie auprès du public ?

FG Grâce au Grand Prix Joseph Favre, nous pouvons nous rapprocher du public et faire passer notre message pour influencer les gens sur leur façon de se nourrir, les inciter à privilégier des produits du terroir et de saison. Le Mérite culinaire suisse contribue, lui, à véhiculer l'image d'une Suisse qui est le pays où l'on compte le plus grand nombre de tables étoilées.

SDG Le message que vous souhaitez transmettre aux jeunes générations ?

FG Cuisinez, mangez local et de saison !

Ambassadeur de Table Suisse

Franck Giovannini est un chef engagé sur tous les fronts.

Le 8 mars dernier, il était aux fourneaux de la brasserie de Montbenon à Lausanne pour concocter l'ultime repas gastronomique organisé par Table Suisse dans le cadre de son opération Deuxième Service, destinée à faire connaître son action pour les personnes en situation de précarité.

La devise de cette fondation active dans tout le pays tient en trois mots :

recupérer-distribuer-nourrir.

Le chef triplement étoilé de Crissier et son équipe ont relevé le défi de créer un menu de haut vol avec les produits excédentaires de la grande distribution et des grossistes du secteur alimentaire.

Table Suisse récolte bon an mal an quelque 4000 tonnes de nourriture qu'elle distribue à des associations œuvrant sur le front de la précarité (soupes populaires, foyers d'accueil d'urgence, points de distribution, etc.). Tous les aliments

figurant au menu créé par Franck Giovannini, servi à 120 convives, auraient été éliminés si Table Suisse ne les avait pas collectés. Une bien belle manière de tordre le cou au gaspillage alimentaire !

→ www.schweizertafel.ch

Bio express

Né le 16 avril 1974, Franck Giovannini est originaire de Tramelan dans le Jura bernois. Il débute sa carrière en qualité d'apprenti auprès de Claude Joseph dans le canton de Vaud à l'Auberge de la Couronne d'Apples.

En 1993, il se rend au Canada puis à New York, dans les cuisines de Gray Kunz, aux côtés duquel il officie en tant que chef de partie au Restaurant Lepinasse à l'Hôtel St. Regis. À son retour de New York en 1995, Franck Giovannini commence son service comme chef de partie à Crissier, sous la direction de Frédy Girardet.

La suite le conduira à nouveau aux Etats-Unis où il complète sa formation de 1999 à 2000 au poste de sous-chef de cuisine au Stonehedge Inn Restaurant, dans le Massachusetts. Il revient à Crissier en 2000. Benoît Violier, qui vient d'être nommé chef de cuisine par Philippe Rochat, le convainc d'occuper la place de sous-chef de cuisine.

Lors de la passation de flambeau entre Philippe Rochat et Benoît Violier à la tête du restaurant en 2012, Franck Giovannini succède à Benoît Violier au rang de chef de cuisine. Il prend la tête des cuisines du Restaurant de l'Hôtel de Ville, à la suite du décès de Benoît Violier.

GaultMillau le couronne du titre de cuisinier de l'année dans son édition 2018. Le 16 août 2018, il succède à Brigitte Violier à la direction de l'Hôtel de Ville.

Grand amateur de concours culinaires, Franck Giovannini a accumulé depuis le début de sa carrière près de 20 distinctions et prix, dont notamment la 3^e place au Concours international du Bocuse d'or en 2007, la première place du concours KADI Cuisinier d'or en 2006 et 2010, la 1^{re} place du concours International des Disciples d'Escoffier en 2009.

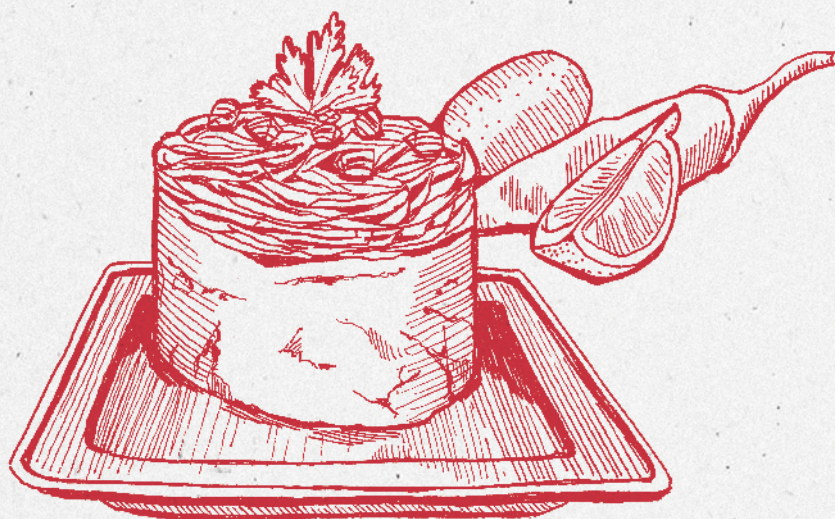
Pas facile d'afficher un bon bilan carbone dans sa cuisine. Dora, Barbara, Giulia, Manuella et Alphonse ne concoctent pas seulement votre magazine avec bonheur année après année mais cogitent derrière leurs fourneaux pour vous aider à réduire le volume de vos déchets.

Eviter le gaspillage

L'équipe de gout.ch vous livre ses astuces



MANUELLA MAGNIN
Rédactrice en chef
du magazine



Ras la patate!

Plus on avance en âge, plus cette expression devient pertinente à mes yeux. Avec le départ des enfants de la maison, le panier de courses rétrécit forcément. Pour qui n'a pas le temps de se rendre au marché, les sacs de pommes de terre vendus par les grandes surfaces suscitent bien des prises de tête. Une fois un ou deux repas concoctés avec des patates, que faire des autres

si l'on ne dispose pas d'une bonne cave? Les mettre au frigo? Mauvaise idée! Cela nuit à leur conservation. Dans un placard de l'appartement? En quelques jours, les germes pointent le bout de leur nez. Alors, en attendant que les enseignes comprennent qu'il faut penser aux ménages de 1

ou 2 personnes, je me mets des « semaines patates » au menu. J'agrémente par exemple les restes de purée d'un trait de jus de citron et d'un peu de piment. Je moule cette masse dans un cercle et la garnis de féra fumée émietée à la fourchette à laquelle j'ajoute un peu de mayonnaise maison, du jus

de citron et des petits cubes d'oignon rouge. Mon gâteau de patate, dont le goût rappelle la fameuse causa péruvienne, fait fureur.

Des épiluchures pour faire la peau aux idées reçues

Souvent ignorées et la plupart du temps jetées, les épiluchures sont les grandes oubliées de nos scénarios culinaires. Pourtant gratuites et à portée de main, elles possèdent de merveilleuses ressources. Il est temps aujourd'hui de (re) mettre en lumière ces formidables alliées pour leur donner le rôle qu'elles méritent. Par exemple, les peaux de bananes... émincées en très fines lamelles et mélangées à une pâte à cake, elles lui donneront un goût et un fumet exotique délicieux. Vous êtes stressés et fatigués, mettez les



ALPHONSE GARCIA
Graphiste de la Semaine du Goût

épiluchures de 2 pommes dans une tasse, ajoutez 1 bâton de cannelle, versez de l'eau bouillante, laissez infuser quelques minutes. Boire avant d'aller se coucher... Et voici la recette de mon pesto de fanes de carottes: je rince et émince les fanes d'une belle botte de carottes. Je les mets dans un mortier, j'y ajoute 2 gousses d'ail, 50 gr de

parmesan, 50 gr de graines de courge, ½ piment rouge coupé fin, ½ citron pressé et 1 trait d'huile d'olive. Je pile le tout en rajoutant un filet d'huile d'olive au fur et à mesure jusqu'à l'obtention de la consistance désirée. Le pilon va lentement mélanger les saveurs et faire de votre pesto la vedette de vos plats de pâtes.



GIULIA ONORI
Coordinatrice

Pain rassis anti-gaspi

Le pain, dans mon ménage, c'est l'un des achats que fréquemment nous n'arrivons pas à consommer avant qu'il ne soit plus frais. Heureusement, c'est aussi l'un des restes les plus inspirants de la cuisine, car il peut servir à nouveau dans un tas de recettes! Pour donner une seconde vie aux pains durs ou rassis, je vous propose une recette qui vient des lieux d'où je suis originaire, en Toscane, et qui nous faisait un excellent repas pour les journées en plein air ou à la mer: la panzanella.

trop mais assez pour pouvoir les émietter grossièrement avec les mains. Ajouter tomates et concombres coupés en dés, quelques fines tranches d'oignon, basilic, origan, sel et poivre, et mélanger le tout avec une généreuse quantité d'huile d'olive extra vierge... de Toscane, évidemment! Laisser reposer au moins une heure au frigo avant de déguster.

Astuce: pour un goût plus fin, mariner les tranches d'oignon dans une solution moitié eau et moitié vinaigre pendant une vingtaine de minutes avant de bien les égoutter et les rajouter à votre Panzanella.

Il suffit de mouiller légèrement 4 grosses tranches de pain dur (sans croûte) d'une solution d'eau et vinaigre, pas





Elle possède la plus grande offre régionale de Suisse: ma Migros.



Régionale et équitable pour tous.

Les magasins Migros proposent plus de 9000 produits «De la région.» à des prix équitables pour les clients, mais aussi pour leurs quelque 10 000 producteurs.

MIGROS



DORA FORMICA
Illustratrice

Le jaune et le blanc

Lors des longs mois d'hiver, j'adore faire plaisir à ma famille et mes amis en réalisant une pâtisserie qui nous vient des pays nordiques : le « Kanelbullar ». Il s'agit d'un petit pain au sucre et à la cannelle, en forme d'escargot, dont la pâte a la délicieuse spécificité de contenir une bonne dose de cardamome. Cette pâtisserie est pour moi ma madeleine de Proust puisque j'en confectionnais déjà petite avec ma marraine d'origine suédoise.

Pour leur donner leur aspect doré, il faut terminer le façonnage par un badigeonnage aux jaunes d'oeuf. Malheureusement, pendant des années, je me retrouvais à coup sûr avec les blancs d'oeufs dont je ne savais que faire. J'ai, depuis, mis au point une super association qui est

très efficace. Pour une fournée de Kanelbullar, je réalise par la même occasion une fournée de macarons aux amandes dont la recette archi-simple est essentiellement constituée de sucre, de poudre d'amande et... de blancs d'oeufs ! Et voilà, plus de gaspillage !



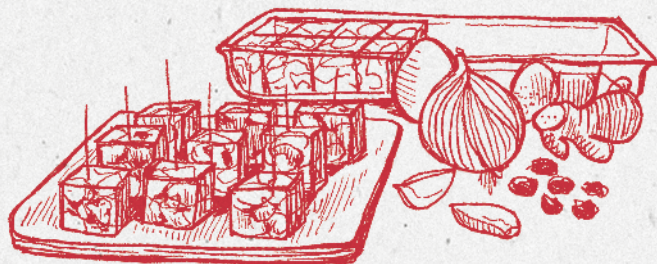
BARBARA SCHNEIDER
Responsable
des inscriptions

Du pain perdu... jamais perdu

Du vieux pain, on en a souvent plein. Surtout quand on n'a pas la chance d'avoir du pain au levain qui tient une semaine... Au lieu de le donner aux moutons qui broutent dans le pré voisin (il paraît que ce n'est pas bon pour les canards), je fais du Vogelheu, des Fotzelschnitten, ou je l'intègre dans des Tötschli à la

viande hachée. En français, je fais du pain perdu, façon ma super belle-maman : couper le pain sec en petits morceaux. Dans un grand bol, arroser ce pain de bouillon (et pourquoi pas d'un peu de lait). La masse doit juste être humide, sans excédent de liquide. Ensuite, ajouter de l'ail et des oignons coupés, assaisonner avec du curry et un peu de gingembre et de curcuma frais râpés. Intégrer enfin une poignée de raisins secs. Dans un

réceptacle à part, mélanger des œufs avec de la crème, assaisonner selon ses goûts (sel, poivre, curry...). Beurrer un moule à gratin en verre, étaler le mélange de pain, répartir l'œuf et la crème par-dessus, aplatir avec une fourchette. Et hop ! Au four, 30-45 minutes à 180°C. Couper en cubes et servir à l'apéro.







Slow Food Travel

—
UN TOURISME GOURMAND
ET DURABLE EN VALAIS
—

Le Valais est la première destination suisse à se lancer dans le projet international Slow Food Travel. Il entend proposer des séjours-expériences gourmands et culturels pour valoriser la richesse d'un terroir et ses artisans.

Texte, Sophie Dorsaz – Photos, VWP

Les racines culturelles de toute population humaine sont intimement liées à sa production agricole et à la manière de s'alimenter. Le meilleur moyen d'appréhender un territoire et ses habitants revient à découvrir ses traditions gastronomiques. L'industrialisation générant une standardisation de l'alimentation, Slow Food Travel a pour but de valoriser le patrimoine et de préserver les traditions culinaires à travers des séjours-expériences. Il ne s'agit plus seulement de se régaler d'un produit, mais d'explorer toute la chaîne de valeur qui se cache derrière tout en créant du lien avec le producteur ou l'artisan. Le projet s'inscrit dans le mouvement mondial Slow Food regroupant un million de sympathisants dans 160 pays.

Après l'Autriche, le Valais

Le concept existe déjà en Autriche en Carinthie depuis 2015. « Cela a permis à des vallées alpines quasiment désertées de se repeupler et de développer du tourisme doux », avance Jean-Marc Imhof, chef du projet Slow Food Travel pour la Suisse. « Les savoir-faire traditionnels, tels que la culture de plantes aromatiques et médicinales, leur séchage et leurs utilisations ont été revalorisés. Désormais, c'est même enseigné dans les écoles. En plus d'être une expérience touristique, cela pérennise un héritage agricole. »

Convaincu par la recette Slow Food Travel, Jean-Marc Imhof l'a importée en Suisse et plus particulièrement en Valais. « Il s'agit d'une destination aux traditions culinaires riches et variées. D'ailleurs, le canton a lancé plusieurs projets de développement régional (PDR), visant à soutenir la production et la promotion de

produits indigènes. C'est une excellente base sur laquelle le projet Slow Food Travel peut s'appuyer. »

Pour ce faire, de nombreux partenaires ont été mis en réseau pour créer des produits touristiques complets, de l'hébergement à la restauration en passant par des activités avec des producteurs ou des visites. Concrètement, une dizaine d'offres régionales sous la forme de week-ends pour des groupes de 8 à 15 personnes seront proposées dès cet automne.

Fully et le Grand Entremont au cœur du projet

Deux régions ont été choisies pour démarquer le programme Slow Food Travel en Suisse : Fully et le Grand Entremont, réunissant le Pays du Saint-Bernard et la vallée de Bagnes.

La première est la patrie de nombreux cépages valaisans. Fully est une terre où s'épanouit la fameuse Petite Arvine, mais pas seulement. Des crûs plus confidentiels, parfois cultivés en biodynamie, s'y retrouvent comme la Grosse Arvine ou le Durize. À Fully, les participants au Slow Food Travel pourront se balader dans le vignoble en terrasses et découvrir le travail en cave des nombreux vigneron. « Et pourquoi pas participer à des vendanges ! », ajoute Jean-Marc Imhof.

Quant à la région du Grand Entremont, trait d'union entre la Suisse et l'Italie, elle est réputée pour ses fromages d'alpage ou de laiterie, ses plantes médicinales et aromatiques ainsi que ses salaisons traditionnelles. Elle est d'ailleurs un des « Grands Sites du Goût » sélectionné par la Fondation pour la Promotion du

Goût. La vallée a su conserver des villages authentiques qui se laissent parcourir à pied. « Slow Food Travel peut y proposer la confection d'un pain au four banal de Sarreyer, de la pêche au lac de Champex ou encore une initiation à l'art de la raclette. »

Pour Jean-Marc Imhof, les possibilités sont infinies. Car loin d'être un produit touristique imposé à une région, les offres de Slow Food Travel émergent des producteurs eux-mêmes. « Nous travaillons du bas vers le haut. Comme les artisans sont au cœur même du projet, ils doivent avoir envie de partager un peu de leur quotidien. Cela leur donne l'occasion d'être proactifs et créatifs pour attirer des visiteurs. » Dans chaque région, Slow Food Travel a mené plusieurs séances pour informer et encourager les potentiels partenaires. « Des guides du patrimoine, hébergeurs ou accompagnateurs en montagne sont aussi les bienvenus pour enrichir et diversifier les expériences. »

Des critères pour une alimentation « bonne, propre et juste »

Pour prendre part au Slow Food Travel, les partenaires doivent toutefois s'engager à respecter quelques principes. « Il s'agit des critères de base du mouvement Slow Food qui défend une alimentation bonne, propre et juste », précise Jean-Marc Imhof. « L'objectif n'est pas d'exclure des partenaires, mais au contraire de les encourager à se rapprocher d'un mode de production le plus respectueux possible de l'environnement. » Ainsi, les partenaires doivent garantir une production sans produit chimique et de synthèse ou justifier une utilisation limitée. Les OGM



—
LE PROJET SE DÉVELOPPE EN
COLLABORATION
AVEC VALAIS WALLIS
PROMOTION
—



sont interdits des préparations destinées au fourrage des animaux. Les additifs et les conservateurs sont exclus et l'emballage doit être aussi sobre que possible.

Une place de marché commune avec Valais Wallis Promotion

Slow Food Travel dispose d'un budget d'environ 900'000 francs (400'000 francs de la Confédération – 260'000 francs de Slow Food Suisse et 120'000 francs de

l'Etat du Valais). Le projet se développe en collaboration avec Valais Wallis Promotion qui y participe à hauteur de 120'000 francs sous forme de prestations. « Nous avons l'expérience du terrain et Slow Food apporte une visibilité nationale et internationale », s'enthousiasme le directeur, Damian Constantin. Pour lui, Slow Food Travel est « une magnifique opportunité de fédérer des acteurs du tourisme et du patrimoine. Le client

va au-delà des destinations, il cherche des expériences authentiques et nous avons tout dans ce canton pour lui offrir des moments uniques ». Pour vendre ces voyages, VWP et Slow Food Travel développent une place de marché commune qui facilitera les réservations. « Tout sera réservable en quelques clics ! »

www.slowfood.ch

Slow Food, un mouvement joyeux et positif

Le mouvement Slow Food a démarré sur le ton d'une boutade. En 1986, Rome ouvre son premier restaurant Mc Donald's. En réponse à l'expansion de la culture fast-food, le journaliste Carlo Petrini et un groupe d'amis réunissant œnologues, historiens, sociologues lancent une énorme « spaghetтата »

dans la capitale italienne. Le but : sensibiliser les Italiens à la richesse de leur tradition culinaire. Le mouvement Slow Food est né.

Aujourd'hui, il est présent dans 160 pays et continue de défendre la variété du patrimoine alimentaire régional face à la standardisation des denrées induite par l'industrialisation. Son slogan : « Bon, propre et juste ». Bon pour des aliments régionaux et de saison. Propre pour une production durable

qui ne doit pas porter atteinte à l'environnement, à l'être humain et à l'animal. Juste pour des conditions et des prix équitables à tous les niveaux (production, commerce et consommation).

Dans les différents pays, le mouvement s'organise en « conviviens » qui sont des antennes régionales. Les projets « Presidi » soutiennent des productions alimentaires de qualité menacées de disparition en encourageant la sauvegarde des techniques traditionnelles.

En Suisse, on retrouve notamment le saucisson Chantzet du Pays d'Enhaut, les prunes du Jura tabulaire ou encore le fromage Zieger d'alpage. « Slow Food est un mouvement joyeux et positif soutenu par des personnes désirant conserver une alimentation saine, locale et savoureuse », résume Jean-Marc Imhof.

Régionaux et durables, les produits des parcs suisses émerveillent

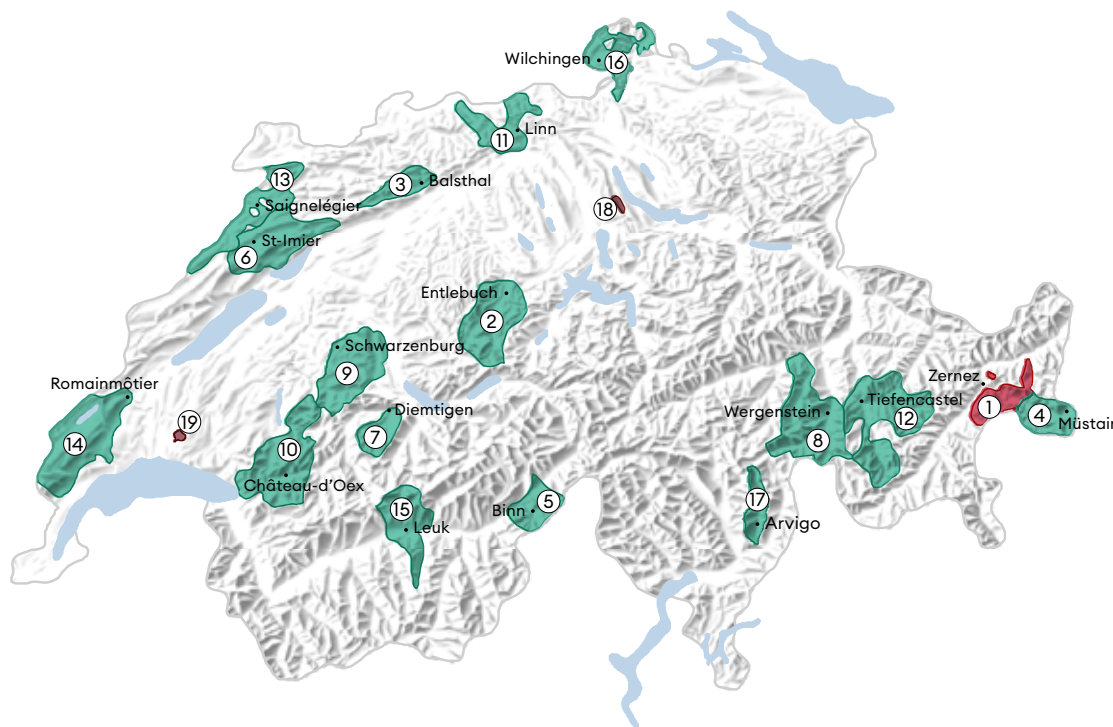
Textes, Réane Ahmad – Photos, DR

Propriété de la Confédération, le label «Produit des parcs suisses» certifie la provenance et la durabilité de plus de 2000 spécialités. Reconnaissables au célèbre carré vert des parcs suisses, ces délices reflètent les traditions et les innovations culinaires qui font la richesse de notre pays. En plus de préserver des paysages à couper le souffle, les seize parcs naturels régionaux de Suisse ac-

compagnent étroitement les agriculteurs, artisans et commerçants actifs sur leur territoire. Le label national «Produit des parcs suisses» renforce les activités économiques durables et de proximité. Choisir les produits des parcs suisses, c'est la garantie d'assurer un revenu décent aux populations de zones excentrées, de préserver les traditions alimentaires locales, de favoriser la biodiversité ou en-

core de soutenir les innovations durables.. Et pourquoi ne pas se laisser séduire par les nombreuses activités gourmandes et du terroir? Sélection de quelques joyaux des parcs suisses à partager et à déguster.

www.parks.swiss



PARC NATIONAL SUISSE

- 1 Parc National Suisse GR

PARC NATUREL RÉGIONAL

- 2 UNESCO Biosphère Entlebuch LU
- 3 Naturpark Thal SO
- 4 Biosfera Val Müstair GR

- 5 Landschaftspark Binnthal VS
- 6 Parc régional Chasseral BE/NE
- 7 Naturpark Diemtigtal BE
- 8 Parc Ela GR
- 9 Naturpark Gantrisch BE/FR
- 10 Parc naturel régional Gruyère Pays-d'Enhaut VD/FR
- 11 Jurapark Aargau AG/SO
- 12 Naturpark Beverin GR

- 13 Parc du Doubs JU/NE/BE
- 14 Parc Jura vaudois VD
- 15 Naturpark Pfyn-Finges VS
- 16 Regionaler Naturpark Schaffhausen SH, CH/D
- 17 Parco Val Calanca GR (candidat)

PARC NATUREL PÉRIURBAIN

- 18 Wildnispark Zürich Sihlwald ZH
- 19 Parc naturel du Jorat VD (candidat)

Données carte des parcs suisses: OFEV / Réseau des parcs suisses 04/2020, Périmètres des parcs partiellement provisoires, swisstopo

PARC NATUREL PFYN-FINGES (VS)

L'huile de pépin de raisin, une précieuse goutte

À Loèche-Susten, dans le Parc naturel Pfyng-Finges, la Boulangerie Mathieu développe un produit aussi durable qu'original: l'huile de pépin de raisin non filtrée et pressée à froid. Généralement jetés après la presse, les grains de raisin contiennent de nombreux principes actifs de haute qualité, dont les antioxydants, les OPC ou les vitamines, et garantissent un effet protecteur des cellules. L'huile de pépin de raisin s'utilise ainsi

dans la gastronomie, mais aussi dans les domaines de la santé et du bien-être comme la vinothérapie.

En cuisine, «notre huile a un goût fruité», selon Annelise et Paul Mathieu. Elle peut épicer des salades, du Birchermüesli ou des légumes et accompagner à merveille le fromage, les sauces et les marinades de viande. En plus de l'huile, les spécialités aux pépins de raisin se déclinent sous forme de pain et de farine. À acquérir dans les magasins de Salquenen, Susten et Loèche-Ville, sans oublier les marchés, les manifestations et la boutique en ligne.



Boulangerie Mathieu
Sustenstrasse 10 – 3952 Susten
027 473 13 59 – 079 567 54 40
www.baekerei-mathieu.ch

PARC NATUREL DU JURA
ARGOVIEN (AG/SO)

Le vinaigre de cerise, du pur jus de fruits

Issu de jus de fruits d'excellente qualité et très mûrs, le vinaigre de cerise de la famille Bründler ne contient aucun conservateur. Il est fabriqué depuis 2011 sur la ferme à Wittnau, de la cueillette des fruits à l'élaboration du vinaigre, en passant par la transformation en jus et purée et la fermentation en vin. « Nous avons acquis nos premières connaissances lors d'un voyage en Styrie, en Autriche », se souviennent Astrid et Joe.

La famille présente sa production de vinaigre de cerise dans le cadre du FoodTrail, chasse aux trésors culinaires à travers le Parc naturel du Jura argovien. En plus de ce produit phare, parfait pour les sauces, d'autres spécialités portent le label «Produit des parcs suisses»: les vinaigres de pomme, pomme au miel, poire Williams, coing ainsi que le moût, les rondelles de pomme, les chips de poire, les prunes séchées et le Seppelino (prosecco à la cerise), sans oublier tous les fruits. À retrouver dans les magasins de la région et en vente directe.



Astrid und Joe Bründler
Hauptstrasse 100 – 5064 Wittnau
062 871 57 52 – 079 314 80 37
www.bruendler-obstbau.ch

PARC NATUREL RÉGIONAL GRUYÈRE
PAYS-D'ENHAUT (VD/FR)

Le Sapalet, la simplicité en altitude

Lancée dans les années 90, cette tomme nature de brebis bio a acquis une belle réputation au-delà de ses montagnes natales. «Le Sapalet est disponible dans toutes les bonnes fromageries de Suisse romande», a pour habitude de dire Mikael Henchoz. Avec sa famille, il fabrique ce magnifique produit fermier à Rossinière, dans le Parc naturel régional Gruyère Pays-d'Enhaut. La fromagerie est construite en bois local et utilise de la chaleur produite par une centrale de chauffe au bois.

« Depuis sa création, le format du Sapalet est resté le même, tandis que son affinage a un peu évolué. » Ce dernier dure entre sept et dix jours, alors que le goût du fromage change lui aussi au gré de la météo et des pâturages. Le Sapalet, petit sapin en patois, est fabriqué à partir du lait des brebis paissant dans la vallée ou à l'alpage. « Au printemps, elles mangent par exemple de l'ail des ours, ce qui donne une saveur particulière. » Des variations et un savoir-faire artisanal qui font toute son authenticité.



Le Sapalet
Route du Revers 19 – 1658 Rossinière
026 924 54 60
www.sapalet.ch

Le tourisme se développe grâce au Parc

Depuis plus de quinze ans, Patrick Gazeau est à la tête du restaurant Les Jardins de la Tour, à Rossinière (VD). Dans une ambiance intimiste de table d'hôte, le chef propose une cuisine gastronomique à base de produits locaux et de saison. Des propositions savoureuses de qualité qui valent à l'enseigne d'être cotée 16 points au GaultMillau.



SDG Quels sont vos liens avec le Parc naturel régional Gruyère Pays-d'Enhaut ?

PG J'ai toujours adhéré au Parc. J'apprécie son travail de mise en valeur du patrimoine culturel et son apport pour le développement du tourisme dans la région. Beaucoup de gens qui réservent des appartements chez nous, et qui mangent aussi au restaurant, viennent ici pour découvrir le Parc et son riche programme d'activités.

SDG Dans votre restaurant, mettez-vous en valeur les produits labellisés « Produit des parcs suisses » et régionaux ?

PG Précurseur de ce genre de cuisine, j'ai toujours travaillé avec les produits locaux ou suisses, à quelques exceptions près. Pour ne citer que deux exemples, j'apprécie particulièrement le lard sec de Patrice Morier ou encore le fromage de chèvre La Tchivra L'Affinée bio de Marie-Danielle Luisier, labellisés

« Produit des parcs suisses ». Avec la diversification de la production agricole régionale, je trouve des produits de plus en plus adaptés à la haute gastronomie, comme de belles volailles ou des agneaux. Je suis de près le développement du maraîchage. Je connais tous les producteurs, que je tiens à soutenir. Comme moi, ce sont de petits indépendants qui se bagarrent pour réussir. L'avantage, c'est qu'ils viennent manger chez moi de temps en temps et ça fait plaisir !

SDG Un coup de cœur dans la région ?

PG Rossinière, c'est le top ! C'est une belle vallée très traditionnelle, très verte. Depuis ma terrasse, j'apprécie la vue sur les montagnes. Je recommande les beaux itinéraires proposés par le Parc Gruyère Pays-d'Enhaut.



Sérac de brebis aux fruits rouges

DE PATRICK GAZEAU,
LES JARDINS DE LA TOUR À ROSSINIÈRE

Pour 4 personnes

2 séracs de brebis de 150 g

■ labellisés « Parcs suisses »

150 g de raisinets

150 g de cassis

2 dl de crème entière

15 g de beurre

30 g de sucre

1 cs de miel du Pays-d'Enhaut

■ labellisé « Parcs suisses »

Décoration : bricelets, fraises des bois, framboises, pensées, menthe poivrée

- 1 Couper les séracs en deux dans l'épaisseur, les mouler avec un emporte-pièce de 6 cm.
- 2 Placer le reste des séracs dans un saladier, verser la crème. Ajouter le miel et mélanger au fouet.
- 3 Poêler les raisinets et les cassis dans du beurre. Saupoudrer de sucre.
- 4 Mélanger la moitié des fruits rouges à la masse.
- 5 Placer les séracs dans les assiettes. A l'aide de l'emporte-pièce, les recouvrir de masse.
- 6 Décorer avec le reste de fruits rouges, les fraises, les framboises, la menthe poivrée et les pensées. Planter un demi-bricelet dans le sérac.

Bio Suisse

POUR QUE LES HOMMES,
LES ANIMAUX ET LA NATURE
VIVENT EN HARMONIE

Texte, Silvia Schaub, – Photos, Bio Suisse

Depuis près de 40 ans, Bio Suisse s'engage en faveur d'une agriculture durable, avec comme préoccupations centrales la biodiversité et le bien-être animal. Les principes défendus par Bio Suisse sont l'équité, le respect et la durabilité. Fondée en 1981, c'est l'organisation faîtière dans le secteur bio, la principale au niveau national, propriétaire de la marque Bourgeon symbolisant une agriculture biologique globale cherchant à concilier les intérêts de l'homme, de l'animal et de la nature. Les paysans et horticulteurs au bourgeon, actuellement au nombre de 7300, ainsi que les 1050 entreprises commerciales et de transformation certifiées mettent tout en œuvre afin que la population suisse opte pour des produits de qualité. C'est la première fois que la part de marché des produits bio passe la barre des 10 %, son chiffre d'affaires ayant atteint 3,2 milliards de francs en 2019.

« Bio et saveurs vont de pair »

Balz Strasser est directeur de Bio Suisse depuis 2018. Ce Biennois de 46 ans a étudié l'agronomie à l'EPFZ; après avoir cofondé et dirigé la société Pakka, une entreprise spécialisée dans les produits bio et du commerce équitable, il est devenu directeur de Swissnex India, une filiale du Secrétariat d'Etat à la formation, à la recherche et à l'innovation, de 2014 à 2017.



SDG Balz Strasser, en tant que directeur de Bio Suisse, vous vous occupez constamment de produits frais et bons pour la santé. Que signifie pour vous la notion de goût ?

BS En temps normal, j'aime prendre le temps de savourer un bon repas en famille ou entre amis. Sous le signe de la pandémie de Covid-19, ce sont plutôt les moments de calme que j'apprécie : sortir me promener avec mon chien, puis manger simplement un morceau de fromage avec du pain et du jus de pomme, parfois avec une bière ou un verre de vin blanc des coteaux du lac de Biemme, où nous habitons.

SDG Qu'est-ce qui a décidé Bio Suisse à participer à la Semaine du Goût ?

BS Bio et saveurs vont de pair. Nos produits sont cultivés avec toutes les précautions environnementales et traités soigneusement. À mes yeux, la Semaine du Goût est un événement important pour les organisations avec lesquelles nous collaborons en Suisse romande et que nous voulons soutenir en y participant; nous espérons aussi que par notre engagement, cette manifestation suscitera un intérêt croissant en Suisse allemande.

SDG La Semaine du Goût fête cette année ses 20 ans. En considérant cette période du point de vue de Bio Suisse, qu'est-ce qui a changé ?

BS Ces dernières années, le bio, l'agriculture durable et la consommation de produits qui en sont issus ont pris un essor formidable. Il n'y a pas si longtemps, tout cela ne représentait qu'un

marché de niche. Aujourd'hui, de plus en plus de personnes savent apprécier les aliments de qualité et l'importance d'une production durable. Et cela se retrouve dans les chiffres : en 2019, les produits bio ont dépassé pour la première fois le seuil des 10% de part de marché.

SDG Quels seront dans le futur les plus grands défis pour Bio Suisse ?

BS Je souhaite qu'il y ait en Suisse un engagement politique clair en faveur de l'agriculture et de l'alimentation durables. Pourquoi le bio ne serait-il pas usuel dans la restauration des écoles, des hôpitaux et des établissements médico-sociaux ? Il y a longtemps que les agricultrices et agriculteurs ont reconnu les avantages du bio ; une fois que les politiques les auront ralliés, le bio deviendra la norme.

SDG Cette année, la Semaine du Goût a choisi comme thème principal le gaspillage alimentaire. Qu'en pensez-vous chez Bio Suisse ?

BS La marque Bourgeon figure sur des aliments durables ; les produire demande beaucoup d'efforts et de soins, il est donc dans notre intérêt de nous engager contre toute forme de gaspillage. En ce qui concerne la viande, par exemple, estimant, dans l'esprit du « Nose to Tail », qu'aucun morceau de l'animal ne doit être négligé, nous avons publié une recommandation sur la meilleure façon de préparer les special cuts (jadis appelées « pièces du boucher »). Pour ce qui est des légumes, cela fait déjà six ans que les

standards de qualité ont été revus dans le but de réduire le gaspillage au maximum.

SDG Depuis le début du confinement lié à la crise sanitaire actuelle, les produits bio sont très demandés. Comment l'expliquez-vous ?

BS L'ensemble du secteur de l'alimentation a progressé de 20 à 30% ; dans le sillage de cette évolution, les ventes de produits bio ont aussi augmenté dans le commerce de détail. Le développement des ventes directes à la ferme et des abonnements à des paniers de légumes est encore plus spectaculaire : les ventes y ont parfois doublé ! Dans ces temps incertains, les gens veulent voir d'où viennent les produits qu'ils vont cuisiner pour le dîner. Nos paysannes et paysans bénéficient actuellement d'un surcroît de confiance et de reconnaissance qui nous fait très plaisir.

www.bio-suisse.ch

Priorité aux circuits courts

Jérémy Delabays a deux grandes passions : les anciennes variétés de céréales et les bêtes de races originelles suisses ProSpecieRara. En 2012, cet agriculteur fribourgeois a repris l'exploitation de la ferme de la Tourbière à Sommentier, spécialisée jusque-là dans la production laitière, et l'a rapidement restructurée pour se consacrer à l'élevage allaitant. Depuis 2016, il travaille en suivant les directives bio et a obtenu le label Bourgeon Bio Suisse il y a deux ans. Ses vaches grises rhétiques, ses moutons miroirs, ses moutons de l'Oberland grison aux cornes impressionnantes et ses porcs laineux vivent sur les 20 hectares de prairies naturelles de l'exploitation et sur un

alpage à Estavannens près de Gruyères. Depuis 2017, il cultive aussi diverses variétés de céréales, dont l'épeautre. Comme Jérémy Delabays et sa famille ont voulu miser sur la vente directe et privilégier les circuits courts pour la fabrication de leurs produits, une étape importante a été franchie l'hiver dernier : grâce au soutien de l'Aide suisse à la montagne, l'agriculteur a pu construire son propre moulin Astrié en pierre, en service depuis peu. Désormais, il moud ses propres grains en farine et ceux d'autres exploitants agricoles de sa région. Avec ce minotage artisanal en douceur – le grain n'est moulu qu'une seule fois –, les germes et les protéines sont idéalement préservés.



Ferme de la Tourbière

Famille Delabays

Route de la Tourbière 7

1688 Sommentier FR

www.fermedelatourbiere.ch

079 292 84 48

IL Y A LONGTEMPS QUE LES AGRICULTRICES ET AGRICULTEURS ONT RECONNU LES AVANTAGES DU BIO.

Le pionnier de la mobilité

Cäsar Bürgi de la ferme Silberdistel à Holderbank dans le canton de Soleure est un anti-conformiste qui s'intéresse à bien d'autres choses qu'à ses concurrents : par exemple à ses 70 bœufs Red Angus, qui dès qu'ils ont fini de brouter l'herbe d'un pré passent au suivant, ou encore à ses 20 porcs Duroc bicolores – une race élevée spécialement – qu'il ne garde pas toujours sur le même sol : grâce à une porcherie mobile, ils sont toujours en déplacement. Un véhicule qu'il a créé lui-même, et nommé « caravane à truie », lui permet de transporter ses bêtes d'un endroit à l'autre sans difficulté. Il s'agit d'une construction en acier sur laquelle sont montées une couche, une station d'alimentation, une auge, une réserve de foin et d'eau ainsi qu'une bauge !

Cäsar Bürgi et son épouse Lena ont repris la ferme à Holderbank, qu'ils exploitent selon des préceptes bio-dynamiques et dont ils vendent les produits exclusivement sur place. On pourrait dire que chez eux, la mobilité tient lieu de philosophie de base : leurs 20 chèvres Boer, leurs 60 poulets fermiers et leurs cultures potagères sont constamment en rotation. « Après tout, dans la nature, les animaux ne restent pas non plus au même endroit, dit-il. Tout est en mouvement, on évite ainsi les effets négatifs de la monoculture. » Il est convaincu que c'est la seule manière de laisser un sol sain à la prochaine génération.



Ferme de Silberdistel

Lena & Cäsar Bürgi

Obere Wies 242

4718 Holderbank SO

www.silberdistel-kost.ch

079 743 88 13

Des pains qui prennent leur temps

Au cœur de Bâle, dans Aktienmühle, l'espace communautaire du quartier Klybeck, c'est l'effervescence y compris la nuit, quand Michael Lötscher s'active autour de son four à bois bio Schmätzgi. En 2016, ce Bâlois de 34 ans a fait installer un four en brique avec deux voûtes de cuisson superposées; c'est là qu'il donne vie à ses délicieux pains et autres produits de boulangerie. Il alimente directement les fours et y glisse les pains qu'il a formés aussitôt que les braises ont atteint une température régulière. Avant cela, il a préparé ses pains de seigle, bis, d'épeautre ou Graham avec peu de levure. Une longue conduite de la pâte lui laisse au minimum 18 heures pour lever. La plupart de ses farines de qualité bio proviennent

de la ferme de Bruderholz à Oberwil (BL), où il a découvert sa passion pour la boulangerie en 2012; c'est en effet chez les Ineichen qu'il a pu alors apprendre le métier d'artisan boulanger sur le tas. Dans toute cette interaction, Markus Mächler de Fehren (SO) joue un rôle important, puisque c'est lui qui moule la farine spécifique dont Michael Lötscher a besoin. Tous les pains fabriqués par ce boulanger sont purement végétaux; il les vend dans le magasin Stoff und Brot ainsi que sur le très populaire Matthäusmarkt. En lieu et place de beurre et de graisse de palme, il utilise sa propre graisse de boulangerie composée d'huile d'olive et de beurre de cacao.



Michael Lötscher
Schmätzgi Bioholzofenbackstube
Stoff und Brot
Feldbergstrasse 12
6057 Bâle
www.stoffundbrot.ch

PRIORITÉ AUX CIRCUITS COURTS ET RESPECT DE LA NATURE SONT LES CLÉS DE LA RÉUSSITE.

Au cœur du cycle naturel

« Dans la mesure du possible, ce que la ferme nous donne est transformé à la ferme »: telle est, sur leur exploitation de Bruderholz à Oberwil, la philosophie de Rina et Andreas Ineichen, partisans d'une agriculture circulaire responsable. Cela implique par exemple que pour les 25 vaches à cornes et les 30 cochons qu'ils élèvent sur leur domaine situé à la périphérie de Bâle, ils n'achètent aucun fourrage. Tout ce qu'ils produisent est vendu directement dans le magasin de leur ferme; outre les diverses farines issues de leurs céréales (par exemple de la farine d'épeautre, de seigle ou de blé), on y trouve des œufs, du moût de leurs arbres fruitiers à hautes tiges, saisonnièrement de la viande et surtout des produits laitiers – leur savoureux quark (fromage blanc),

apprécié pour les desserts et les muesli, est exceptionnel.

La ferme était autrefois le berceau de l'Institut de recherche de l'agriculture biologique (FiBL) et la famille propriétaire continue à l'exploiter selon ces principes. Ce domaine de 40 hectares est inscrit à l'inventaire des monuments naturels du demi-canton de Bâle-Campagne et géré biologiquement depuis 1974. On y fait très attention au maintien de la biodiversité: grâce au respect porté aux pâturages, aux champs et à la forêt, de nombreuses espèces d'oiseaux (comme des faucons crécerelles, des chouettes effraies ou des éperviers) vivent ici, tout comme des blaireaux et des belettes.



Ferme de Bruderholz
Rina & Andreas Ineichen
Bruderholzstrasse 160
4104 Oberwil (BL)
www.bruderholzhof.ch
061 401 27 24

Nous vivons une crise sans précédent. Retenons-en les belles choses : les élans de solidarité et la générosité, l'inventivité et la résilience ! À ne pas oublier, après !



Texte et photo, Michelle Zufferey

Tout d'abord, nous pouvons témoigner notre immense gratitude aux paysan.ne.s qui, malgré la fermeture des marchés et le manque de main-d'oeuvre, ont trouvé le moyen d'assurer l'écoulement de leurs produits en vente directe, sur leur ferme ou celle de voisins ou en organisant des livraisons. Avec générosité, ils ont répondu à la demande en s'improvisant vendeurs, livreurs ; ils n'ont pas compté leurs heures ! La demande de produits en vente directe a explosé et une nouvelle clientèle a vu le jour. Des jeunes se sont engagés spontanément pour aider dans les champs ou pour les livraisons. Des artisans-transformateurs et des

commerces de détail ont joué le jeu et priorisé les produits de proximité. La grande distribution a mis en vente des fruits et légumes non calibrés pour éviter les pertes.

Cette crise nous révèle la valeur des choses

L'agriculture est la source de notre alimentation. Tout doit être mis en œuvre pour la renforcer et pour inciter des jeunes toujours plus nombreux-ses à s'y engager. Prix et salaires justes, transparence et répartition équitable de la valeur ajoutée pour tous les maillons de la filière, renforcement de l'agriculture paysanne,

promotion des micro-fermes et des circuits courts, soutien aux petites unités de transformation, valorisation des métiers de bouche.

Notre agriculture doit être diversifiée et multiple, foisonnante et heureuse. Et elle doit bénéficier du soutien sur le long terme de toutes les consommatrices et consommateurs !

www.uniterre.ch

Il a sauté d'une voie à l'autre : la métaphore ferroviaire est aisée dans le cas de Bruno Hafner, 52 ans, qui fut longtemps cadre aux CFF ; puis, en 2008, après avoir suivi une formation en Italie, il change complètement d'univers et démarre un projet dont il a rêvé depuis longtemps : créer sa propre fabrique de pâtes alimentaires, qu'il baptiste Fidirulla.

Fait à la main et avec cœur

—
PÂTES AU PUREPEAUTRE
DE LA BIOSPHÈRE
—

Texte, Marie-Isabel Bill – Photos, DR

« La biosphère de l'Entlebuch et la question de la durabilité m'ont toujours passionné. J'adore faire la cuisine ; à mes yeux, me nourrir de bons produits, les savourer est quelque chose de très important. De mon hobby, j'ai fait mon métier. Aujourd'hui, nous travaillons avec tout ce que cette région nous offre », nous confie Bruno Hafner avec un large sourire. Et en effet, les ingrédients qu'il utilise proviennent presque sans exception de la réserve de biosphère reconnue par l'UNESCO.

La farine de PurEpeautre est la matière première la plus importante dans la fabrication des pâtes Fidirulla. Bruno Hafner s'approvisionne en « Chorn ». C'est ainsi qu'on appelait jadis le PurEpeautre chez les agriculteurs qui le cultivent dans la région, où il est également moulu. Ce qu'il apprécie beaucoup, c'est le soutien qu'apporte la Communauté d'intérêts pour le PurEpeautre en conseillant et en mettant en réseau les producteurs et les transformateurs.

Les pâtes au PurEpeautre sont délicieuses, aromatiques et, contrairement aux pâtes au blé dur, faciles à digérer car riches en fibres. Actuellement, Fidirulla produit plus de cinquante variétés de pâtes de formes et de couleurs diverses, et ce à un

très haut niveau de qualité. L'aventure a commencé avec des raviolis farcis aux morilles et au fromage d'alpage. Les idées affluent et les expérimentations ne cessent jamais. C'est l'offre saisonnière régionale qui détermine en grande partie la production. Ainsi, les très prisés raviolis aux truites de l'Emme fumées ne sont proposés que pendant la semaine de Pâques, et pour les raviolis à la viande de gibier, c'est à l'adresse des chasseurs de l'Entlebuch qu'il faut s'en remettre pour qu'ils la livrent en automne. « Les pâtes de PurEpeautre aux choux-fleurs furent créées peu après avoir entendu un paysan qui déplorait les excédents de légumes. Et j'ai racheté à la police cantonale les champignons qu'elle saisissait lorsque quelqu'un en avait cueilli plus que la quantité autorisée. »

Même l'air chaud est « authentiquement de l'Entlebuch » ; sa pâte n'est jamais séchée brutalement : en respectant une tradition plus que centenaire, elle est découpée à la main et séchée délicatement pendant 48 heures dans un endroit à l'humidité élevée, afin de préserver toutes ses qualités nutritionnelles. Fidirulla suit l'exemple des pratiques artisanales de nos grand-mères ; les produits sont exempts de conservateurs, et leur coloration vient exclusivement des légumes et des épices qu'ils contiennent.



Bruno Hafner est particulièrement fier de sa dernière création : des nouilles de PurEpeautre aux bourgeons d'épicéa. Quant à ses classiques pâtes à base de cette céréale rustique, on peut rehausser leur goût neutre avec un pesto à l'épicéa (Waldfichte : épicéa commun), car entretemps, l'assortiment de Fidirulla comprend plusieurs pestos, moutardes et soupes.

Hafner est un adepte convaincu du slow food : il n'utilise que les meilleures denrées naturelles et les travaille avec soin. Fidirulla est un concentré de terroir, d'artisanat, de ferveur et de passion.

www.fidirulla.ch

Authenticité du PurEpeautre suisse garantie depuis 25 ans

La Communauté d'intérêts (CI) pour le PurEpeautre a été fondée en 1995. Elle se charge de promouvoir, sous la marque « PurEpeautre », les produits à base des divers types d'épeautre suisse originels non croisés avec d'autres céréales.

Pour la signature de contrats, seuls sont agréés des producteurs suisses cultivant l'épeautre en respectant la nature ainsi que les lignes directrices définies par IP-Suisse ou Bio Suisse. Par l'adjonction de moulins à rouleaux traditionnels dans la région de production, on évite les longs circuits de transports tout en encourageant l'utilisation de petits moulins ruraux. Le

cahier des charges est contrôlé et certifié à tous les niveaux, depuis le champ jusqu'au boulanger ou au fabricant de pâtes en passant par les moulins. C'est à ces conditions que la CI garantit la limite naturelle de rendement et par conséquent l'avantage écologique du PurEpeautre.

En cette année 2020, la Communauté d'intérêts fête ses 25 ans d'existence. Désormais, plus de 2500 agriculteurs, meuniers et boulangers se sont engagés dans l'association. Pour célébrer cet anniversaire, une grande fête ouverte au public aura lieu le 11 septembre sur le Herzberg à Uffikon dans le canton de Lucerne.

Informations, références, nouvelles recettes, conseils de lecture et e-shop (e-boutique)

→ www.purepeautre.ch

Une céréale polyvalente

→ **Fait les délices des gourmets.**

Le PurEpeautre se distingue par un saveur propre, reconnaissable entre mille ; son arôme exquis rappelle celui des noix et sa versatilité culinaire est remarquable : comme graine, en semoule, farine, flocons, soufflés et également sous forme liquide en tant que bière ;

→ **se prête à de multiples variations pour de délicieuses pâtes** – qu'on trouve dans le commerce ou à faire soi-même ;

→ **convient parfaitement à la cuisson**, qu'il s'agisse de pain, de tresse ou de biscuits sucrés et épicés. Les boulangers travaillant le PurEpeautre conseillent d'ajouter un soi-disant « bouillon » (Brühstück) à la pâte levée. Celle-ci y gagne

en stabilité et en élasticité, et les biscuits seront moins secs et plus longtemps frais grâce à ce bouillon. Car si l'on se contente d'ajouter à cette pâte la même quantité d'eau que pour une pâte de blé, les biscuits deviendront vite friables et secs ;

→ **réunit de façon quasi idéale les nombreux intérêts d'une alimentation saine** : le PurEpeautre est bon pour le cœur, le cerveau, le psychisme et même pour la ligne. Sa valeur nutritive est telle qu'il contient tout ce dont les enfants ont besoin et est optimal pour les sportifs. Facile à digérer, il fournit à la musculature des substances reconstituantes et est considéré comme une excellente source énergétique ;

→ **est 100 % suisse et proche de la nature** – parfait pour les gourmets écoresponsables !



IP-Suisse

Réunis sous ce label, quelque 18'500 agriculteurs s'engagent en faveur de la biodiversité et de l'excellence – avec des variétés anciennes et multiples, de l'épeautre au quinoa...

Texte, Véronique Zbinden – Photos, DR

Réputée porter bonheur, on dit qu'elle est aussi la meilleure amie des jardiniers et des maraîchers au vu de son appétit féroce pour les pucerons... La coccinelle est un emblème familier de nos campagnes et un symbole de qualité, apposé sur les 18'500 exploitations agricoles pratiquant la production intégrée.

À l'origine, ils étaient deux cents pionniers à se regrouper pour amener une plus-value environnementale aux consommateurs. « La création d'IP-Suisse remonte à 1989, à l'heure des prémices de la Politique agricole et des prestations environnementales liées à des contributions », relève Jacques Demierre, responsable romand du label. Pour répondre aux attentes croissantes des consommateurs, IP-Suisse a souhaité apporter cette valeur ajoutée à l'ensemble de la filière, jusqu'à la vente. Interdiction des OGM, insecticides,

fongicides et régulateurs de croissance chimique – aux règles strictes imposées très tôt aux agriculteurs IP-Suisse se sont ajoutées de nouvelles exigences : réduction des émissions de gaz à effet de serre, mesures de promotion de la biodiversité, etc.

À ce jour, quelque 18'500 producteurs ont adhéré à cette vision – soit près du tiers de l'ensemble des paysans suisses – dont un quart (4500) cultivent des céréales...

Une success story

Quelque 120'000 tonnes de céréales panifiables labellisées IP-Suisse ont été commercialisées en 2019. Le blé dur destiné à la fabrication de pâtes alimentaires et les variétés indigènes de maïs à polenta IP-Suisse connaissent aussi un vrai retour de flamme. De même, les légumineuses et graines issues d'anciennes variétés tels

les lentilles et pois chiches, l'amidonnier, le sarrasin et le quinoa colonisent à nouveau quelques-uns de nos champs.

Le quinoa local est en soi une jolie success story, dont les paysans IP suisses sont les pionniers. Cette « mère de tous les grains » – son nom en quechua – n'est pas tout à fait une céréale, ni une graminée, puisqu'elle fait partie des Chénopodiacées. Le quinoa pousse sur les hauts plateaux des Andes depuis cinq millénaires, mais l'Occident l'a découvert depuis peu et il fait désormais l'objet d'un formidable engouement.

Romano Hasenauer s'est intéressé au quinoa suisse dès son apparition, en 2014, dans la campagne soleuroise : « C'était à la fois une manière de valoriser l'agriculture locale dans le respect des normes environnementales, une alternative à des



DES CÉRÉALES DURABLES, LOCALES ET DÉLICIEUSES

importations éthiquement discutables et une voie innovante», note le chef et copropriétaire de l'Auberge du Chalet-des-Enfants, à Lausanne, et de l'Auberge de l'Abbaye de Montheron. Depuis les premiers essais, une vingtaine d'exploitations s'y sont ralliées dans différentes régions, dont cinq dans le Canton de Vaud.

Forte demande

Il existe d'innombrables variétés de quinoa, du blanc au brun et au rouge en passant par le blond et des plus douces aux plus amères. La croissance de la demande, en Suisse, est vertigineuse – de 20 tonnes en 2009 à plus de 1000 tonnes en 2018, essentiellement importées d'Amérique du Sud. La production durable d'IP-Suisse permet d'apporter une graine locale aux consommateurs suisses. «Riche en minéraux, magnésium, omega 3, 6 et 9, le quinoa ne contient pas de gluten», souligne le chef vaudois. C'est une des meilleures sources de protéines végétales et il est facile à cuisiner, à la manière d'un risotto ou d'un couscous, en salade, voire en desserts». À la demande d'IP-Suisse, Romano Hasenauer et son associé et chef de Montheron Rafael Rodriguez ont contribué à la publication d'un petit livre de recettes de quinoa*. «L'été dernier, nous avions à la carte du Chalet-des-Enfants une petite salade de quinoa façon taboulé

avec des tomates, herbes et concombres locaux», alors que Rafael proposait par exemple de l'épaule d'agneau farcie de quinoa à Montheron.

«Il a un petit goût discret de noisette et se prête à de nombreux mariages, notamment aigre-doux: on peut aussi imaginer, par exemple, un chou farci au quinoa, légumes de saison et raisins secs ou de formidables desserts façon riz au lait avec des fruits, du miel et des noix caramélisées...»

Viser l'excellence

Pour Gérald Saudan, boulanger-pâtissier et confiseur à Fribourg, travailler avec les céréales IP-Suisse est aussi une évidence. «Depuis une douzaine d'années, nous utilisons exclusivement des farines et céréales labellisées IP-Suisse, voire Bio Suisse – et dans la mesure du possible, en y ajoutant même le label Fribourg région».

«La proximité, la traçabilité sont une des premières préoccupations de notre clientèle: c'est important pour nous de travailler au niveau régional et c'est une question de confiance. Et nous observons aussi, qu'en ces temps de pandémie, grâce à nos circuits d'approvisionnement très courts, nos produits ne changent pas et nous n'avons aucun souci pour obtenir la matière première».

En plus de ses nombreuses spécialités boulangères et pâtisseries, l'artisan d'origine gruérienne propose une petite restauration chaude et un service traiteur. Avec une septantaine d'employés, la PME ne vise pas la croissance à tout prix, mais d'abord l'excellence: meilleur boulanger suisse (Swiss baker Champion 2012) et fribourgeois, vice-champion d'Europe et quatrième aux championnats du monde de pâtisserie, Gérald Saudan compte une trentaine de produits médaillés or ou primés lors de concours: pain au levain foncé, pain de campagne, cuchaule, etc.

*disponible sur la boutique en ligne d'IP-Suisse

www.ipsuisse.ch

www.chaletdesenfants.ch

www.montheron.ch

www.boulangerie-saudan.ch/fr

Si les produits nous sont connus depuis longtemps, leur enregistrement en tant qu'indication géographique remonte à moins d'une génération. Pourtant, les labels AOP et IGP démontrent toute l'importance de l'identité et de l'authenticité pour une société aussi diversifiée que celle de la Suisse.

AOP — IGP

UNE QUESTION D'IDENTITÉ

Texte, Paul Imhof – Photos, DR

Comment les individus se distinguent-ils les uns des autres dans un monde globalisé où ils sont des millions à rêver de la même marque de baskets? En acclamant sur les réseaux sociaux le même club de football, peu importe où ils vivent? En consommant les mêmes films et en admirant les mêmes stars partout sur la planète? Et tout cela sans craindre de passer à côté de quelque chose?

Les derniers liens à l'origine se trouvent dans nos assiettes. Rien ne nous unit plus solidement à nos racines géographiques, familiales et sociales que le boire et le manger. Ce n'est pas sans raison que nous disons d'une chose particulièrement agréable qu'on la «boit comme du petit lait». Ce dernier symbolise la proximité et la chaleur, comme les premiers aliments qui, dans la bouche de l'enfant, formeront la base de ses souvenirs gustatifs. Des souvenirs fondamentaux, forgeant une identité.

La Suisse, avec ses quatre langues nationales et ses paysages si variés, offre des conditions idéales pour une cuisine des

plus diverses. La nécessité de conserver la viande et le lait, par exemple, nous a procuré une palette de produits merveilleux: des fromages tels que le Sbrinz ou le Vacherin Mont-d'Or, le Gruyère ou le Formaggio d'alpe ticinese. Ou la Viande séchée du Valais, le Saucisson neuchâtelois, la Saucisse à bouillir d'Appenzell, la Saucisse de veau glaronaise... Des produits végétaux tels que le Rheintaler Ribelmals (ou maïs Türggen), la Poire à Botzi ou le Cardon épineux genevois, le Pain de seigle valaisan ou encore la Cuchaule. Des spiritueux comme les Eaux-de-vie d'abricot et de poire du Valais, la Damassine mais aussi l'absinthe, encore sur la liste d'attente.

AOP et IGP: quelle différence?

AOP: APPELLATION D'ORIGINE PROTÉGÉE

L'AOP distingue des produits dont toutes les étapes de production, de transformation et d'élaboration se succèdent en respectant un processus et un savoir-faire traditionnels dans une aire géographique déterminée. Ils doivent leurs propriétés et leur typicité aux facteurs humains et naturels de la région d'où ils proviennent.

IGP: INDICATION GÉOGRAPHIQUE PROTÉGÉE

L'IGP est réservée à des produits pour lesquels au minimum une étape du processus de production, généralement son élaboration, a lieu dans une aire géographique déterminée.

Vous trouverez plus d'informations ainsi que la liste des produits sur:

→ www.aop-igp.ch

Cuchaule AOP – Brioche au safran pour les occasions particulières



Un pain de fête insolite dans l'univers de la boulangerie suisse – la Cuchaule AOP, brioche fribourgeoise au safran.

L'époque où l'on recouvrait les poulets rôtis de safran avant de les présenter comme « pièces d'or » sur les tables lors de grandes occasions est bel et bien révolue. Cependant, l'or reste toujours associé au safran, non seulement à cause de sa couleur, mais en raison de sa valeur : en effet, le safran n'a jamais cessé d'être l'épice la plus chère du monde.

Mais comment se fait-il que ce condiment si exquis soit arrivé dans un pain brioché, et en particulier dans la cuchaule ? « Du temps où l'on consommait principalement et quotidiennement du pain noir, la cuchaule, composée de farine blanche, de lait et de beurre, avec sa touche safranée si délicate, constituait un changement très apprécié, particulièrement lors des jours de fête », affirme-t-on à l'Interprofession de la Cuchaule AOP. Sa première apparition écrite remonte au XVI^e siècle et

est issue du patois fribourgeois (kûchola signifiant gâteau). « On souhaitait avoir un pain exceptionnel, spécialement pour la Bénichon », souligne le boulanger Jean-Luc Delabays de Grandvillars, vainqueur du Concours de la Cuchaule AOP en 2018 et 2019.

Comparé aux autres ingrédients proposés lors de la grande fête automnale, le premier plat de ce repas opulent ne passe pas inaperçu : précédant la soupe aux choux, le jambon de la borne, le ragoût d'agneau aux raisins, la purée de pommes de terre et les meringues accompagnées de double crème, cette brioche safranée tartinée au beurre et à la moutarde de Bénichon (une confiture d'épices au vin blanc et au vin cuit) produit un effet aussi unique qu'exotique.

Ce sont des négociants qui ont introduit le safran à Fribourg au XV^e siècle. De nos jours, on cultive désormais des fleurs de crocus dans le canton, « mais dans des quantités insuffisantes pour les cuchaules », nous dit Jean-Luc Delabays, qui fait venir son safran d'Iran : « Là, on est sûr d'en avoir assez et la qualité est

au rendez-vous. » Il fait infuser ses stigmates de fleurs de crocus dans du lait ; une fois que celui-ci a pris une jolie teinte jaune, il le répartit de façon homogène dans la pâte.

Est-ce là l'origine du succès de la cuchaule de Jean-Luc Delabays ? Oui et non, nous dit le boulanger. « La recette n'a pas changé et je n'ai aucun secret, mais je fais mon travail avec soin, en laissant à la pâte le temps de fermenter, en prêtant attention à la couleur comme à la forme et en veillant à ce que le pain sorte bien doré du four. On trouve désormais de la Cuchaule AOP tout au long de l'année.

Organisation sectorielle

www.cuchauleaop.ch

Du maïs de 1^{er} choix pour nous comme pour la volaille



**Américain à l'origine,
le maïs traversa il y a bien
longtemps l'Atlantique
et s'implanta dans la vallée
du Rhin, en disparut
presque totalement avant
d'y prospérer à nouveau
depuis une vingtaine
d'années.**

Le maïs et les produits à base de maïs ont à nouveau un succès croissant. On trouve désormais le Ribelmais (aussi appelé maïs Türggen) de la vallée du Rhin saint-galloise et grisonne, le maïs de la plaine de la Linth, le granoturco du Tessin - autant de régions où la culture du maïs existe de longue date, a été presque abandonnée et que l'on a désormais à cœur de perpétuer.

Le Ribelmais a joué à cette occasion un rôle pionnier, puisqu'en l'an 2000, cette spécialité rhénane a été le deuxième produit - après le fromage de L'Étivaz AOP et avant la viande des Grisons IGP - à être inscrit dans le registre des AOP-IGP. Ceux qui s'intéressent à l'alimentation

traditionnelle ont constaté qu'il y a 20 ans, le maïs n'était pas uniquement apprécié sous forme de polenta. Dans la vallée du Rhin entre le lac de Constance, le Liechtenstein et Zizers, une région jadis peu favorisée, on faisait cuire le maïs moulu dans de la matière grasse et on le consommait sous forme de « Ribel », c'est-à-dire de galette. Un mets peu spectaculaire, mais nourrissant. Au lendemain de la Seconde Guerre mondiale, le niveau de vie augmenta et la culture de Ribelmais régressa. Les paysans cessèrent de planter le maïs en tant qu'aliment, au profit des variétés de fourrage. Les champs n'étaient plus destinés qu'au bétail. En 1997, il n'y avait plus que quatre hectares sur lesquels poussait l'ancienne variété de maïs alimentaire ; l'année suivante, le Centre agricole saint-gallois de Salez prit l'initiative de redonner de l'intérêt à la culture du Ribelmais. Vingt ans plus tard, la superficie qui lui est consacrée a été presque multipliée par vingt : « En 2019 les rendements ont été à nouveau élevés et la qualité exceptionnelle [...] sur 75 hectares dans la vallée du Rhin », lit-on sur la page d'accueil du site de l'interprofession. Aujourd'hui, la palette de produits est

large : avec de la farine de maïs, on peut cuire du pain appelé « Törggebrot » (dérivé de l'italien granoturco, littéralement « grain turc », mais qui signifie simplement maïs), confectionner des chips tortillas ou la mélanger avec de la pâte à nouilles. Sur le site ribelmais.ch, on trouve des recettes pour toutes sortes de mets, de la soupe au dessert.

L'agriculteur Michel Bischof s'est mis à la culture de Ribelmais il y a quatre ans au Rütihof à Rheineck, dans le canton de Saint-Gall. « Suivant la rotation des cultures, entre 1,5 et 2,5 hectares. » Est-ce que c'est rentable ? « La demande est en augmentation », nous dit-il. Ses grains de Ribelmais de moindre qualité servent à nourrir ses poulets, qui grandissent lentement : leur engraissement est presque deux fois plus long que pour des volailles d'élevage intensif. « Les clients font de plus en plus attention à la régionalité et à la durabilité », affirme Michel Bischof.

www.feinsvomruehthof.ch

Organisation sectorielle : ribelmais.ch

Beaucoup de bruit autour du « Swissness »



Le Mostbröckli appenzellois est la viande séchée des plaines. Son chemin pour atteindre le registre des IGP fut aussi long qu'épineux.

Il a fallu dix-sept ans de patience aux bouchers appenzellois jusqu'à ce que leurs spécialités fassent leur entrée dans le registre des IGP. Comme pour les autres produits carnés, la question de l'origine de la matière première donna lieu à de rudes altercations. Pour qu'un produit soit enregistré en tant qu'IGP, il faut qu'au moins une étape de son processus de fabrication soit accomplie dans une aire géographiquement définie. Étant donné que la consommation de Mostbröckli dépasse largement la demande de produits issus de sa région d'origine, les bouchers sont bien obligés de transformer de la viande qui provient d'autres régions, contrairement aux produits reconnus comme AOP.

La zone géographique de production du Mostbröckli comprend, en plus des deux demi-cantons d'Appenzell, celui de Saint-Gall, lequel entoure géographiquement

et complète les deux rhodes appenzelloises. Dans ces dernières se trouvent des exploitations de taille modeste, tandis que les plus importantes sont situées en terre saint-galloise. À eux deux, ces cantons produisent plus de 400 tonnes de Mostbröckli. Comme seuls certains morceaux de la cuisse et de l'loyau sont salés, fumés (étape indispensable en raison de l'humidité régnant dans les plaines, contrairement à la viande séchée des régions alpines) puis séchés, les bovins élevés dans l'aire d'origine (les demi-cantons d'Appenzell et celui de Saint-Gall) ne suffisent pas à couvrir la demande. Les bouchers devaient donc acheter de la viande à l'étranger également.

Le projet menaça d'échouer. « Nous nous sommes cassé les dents sur cette question », se rappelle Franz Fässler, boucher à Appenzell, en évoquant le processus de rédaction du cahier des charges pour l'IGP, qui débuta en 2003. Les travaux devinrent encore plus complexes avec l'arrivée des discussions sur la législation « Swissness », qui échauffa les esprits également au sujet de la provenance des denrées alimentaires. Concernant la production du

Mostbröckli, on se mit finalement d'accord pour privilégier la viande issue du territoire d'origine, autoriser la viande suisse et interdire celle de l'étranger. Voici le bilan qu'en tire Franz Fässler : « La plupart ont pris cette décision par conviction, mais quelques-uns ont grincé des dents. D'une manière ou d'une autre, tous finirent par être convaincus que le label IGP est une bonne chose. »

En 2018, l'Office fédéral de l'agriculture donna son feu vert pour l'inscription du Mostbröckli dans le registre des IGP, ainsi que pour deux autres produits carnés appenzellois, le saucisson sec (Pantli) et la saucisse à bouillir (Siedwurst).

Organisation sectorielle
appenzeller-fleischspezialitaeten.ch

Quand la tradition devient tendance



Un choix riche et varié

Il existe plus de 700 spécialités fromagères en Suisse. La palette gustative s'étend de doux à corsé, et la texture de molle à dure. Le choix de fromages suisses ne laisse personne indifférent. Chacun y trouvera son bonheur.

Le fromage suisse est diversifié. Car il marie tous les sels de nos vies.

Sans additifs ni OGM

Il va de soi qu'un produit naturel tel que le fromage suisse ne contient aucun additif superflu. Ainsi, seule une présure sans OGM et des cultures bactériennes suisses sont ajoutées au lait frais. Le branche fromagère suisse renonce même volontairement aux colorants et aux conservateurs légalement autorisés.

Le fromage suisse est une question d'honneur. Car il ne contient que ce qu'il doit contenir.

Fabrication traditionnelle

La recette des grandes sortes de fromage suisses est restée inchangée depuis des centaines d'années. Et le fromage est toujours préparé comme au temps de nos aïeux, avec un vrai savoir-faire artisanal. Ainsi, les fromages suisses ont, aujourd'hui encore, le goût de l'authenticité et sont reconnaissables entre mille.

Le fromage suisse est artisanal. Car nous restons fidèles à nos traditions.

En provenance de la fromagerie du village

Les grandes sortes de fromage suisses ont toujours été produites dans des fromageries villageoises. Il en va toujours ainsi aujourd'hui... Qu'il soit acheté en magasin spécialisé ou en libre-service auprès d'un détaillant, chaque morceau de fromage, même des sortes les plus connues, provient d'une fromagerie villageoise.

Le fromage suisse est passion. Car nous lui insufflons tout ce que nous vivons.

100% suisse

Le fromage suisse contient exclusivement des matières premières suisses. Le lait est produit dans le respect de la nature et de manière durable. Pour la fabrication des grandes sortes de fromages suisses, il est livré deux fois par jour aux fromageries. Les exploitations agricoles se trouvent si près des fromageries que les distances parcourues sont minimales.

Le fromage suisse incarne la confiance. Car il vient de là où nous sommes chez nous.



Suisse. Naturellement.

Notre Fromage Suisse.

www.fromagesuisse.ch



La semaine d'action « Regio Challenge » se déroule parallèlement à la Semaine du Goût. Découvrez la richesse des aliments proposés près de chez vous.



Mangez ce qui pousse au détour du chemin

Les règles du jeu sont simples : durant 7 jours, ne manger et ne boire que ce qui a été produit dans le rayon d'un tour à vélo, soit environ 30 km. Trois jokers sont autorisés, comme par exemple du café, du chocolat ou des épices. Celui qui participe se rendra compte du challenge : la semaine est un véritable défi ! Pour autant, l'idée n'est pas de se priver mais de profiter d'une alimentation savoureuse, saine et créative. Et de redécouvrir la production alimentaire à proximité.

Soutenir une agriculture diversifiée et écologique

Le Regio Challenge a été créé en 2016 en Allemagne et le concept est étroitement

lié à la promotion de la souveraineté alimentaire. L'Association des petits paysans, une organisation de paysans et de consommateurs qui s'engage en faveur d'une agriculture diversifiée, écologique et sociale, a organisé cette semaine d'action en Suisse la première fois en 2019. Le but du Regio Challenge est de sensibiliser les participants à leurs liens avec la production de nourriture. En achetant de manière consciente des produits régionaux, de saison, écologiques et équitables, les consommateurs et consommatrices peuvent jouer un rôle positif.

Le Regio Challenge 2020 aura lieu du 14 au 20 septembre 2020. L'Association des petits paysans organise des événements

dans plusieurs villes de Suisse et lance une coopération avec des restaurateurs qui offriront pendant la semaine un menu cuisiné avec 100 % d'ingrédients provenant de 30 km maximum. Vous pouvez participer au Regio Challenge seul ou en groupe. Aidez à mieux faire connaître les saveurs régionales et publiez des photos de vos plats #regiochallenge2020 sur les réseaux sociaux. Nous vous souhaitons beaucoup de plaisir dans vos découvertes culinaires !

www.petitspaysans.ch/regiochallenge

Zero Waste!

Du groin à la queue

Dans le cochon, tout est bon. Il n'y a décidément pas que le jambon, les côtelettes ou le filet pour ravir nos papilles. Avec un jarret arrière, une échine, une palette ou du plat-de-côtes, et même la queue, on réalisera une excellente choucroute. Le groin est une pure merveille en potée. Et avec un pied on réalisera un effiloché. À déguster dans un feuilleté ou un savoureux hamburger maison.

Les épluchures

Ne jamais jeter les épluchures! Celles des pommes de terre, soigneusement assaisonnées et séchées au four, feront un snack de rêve pour l'apéro. Celles des autres légumes seront d'un grand secours pour réaliser un bouillon maison. La peau des pommes vous permettra de réaliser une bonne tisane avec un soupçon de cannelle.

De la coquille au jaune

D'aucuns avalent la coquille moulue des œufs pour doper leur calcium. C'est bien, mais c'est encore mieux de ne jamais jeter le blanc ou le jaune si l'on n'en a pas besoin dans sa recette. Les blancs font d'exquises meringues par exemple!

Fans de fanes

Ah, les fanes, de radis ou de raves! Bien souvent, votre marchand vous proposera de les jeter. Eh bien, désormais, vous lui direz niet! Avec ces fanes, vous ferez d'excellentes soupes. Quant à celles du fenouil, elles conféreront un divin parfum à un poisson en papillote.





Zéro déchet

DE LA POULÉ AU RISOTTO

Texte, Manuella Magnin

Illustrations, Dora Formica

Vieilles et bonnes à rien ? Que nenni ! Les pondeuses qui nous ont donné tant d'œufs au cours de leur vie d'ouvrières méritent le respect. Malheureusement, elles sont encore beaucoup trop nombreuses à terminer leur existence dans des usines qui les transforment en biogaz ou en aliments pour animaux domestiques. Pourtant,

leur chair est délicieuse pour autant qu'on la laisse mijoter longuement sur le feu avec quelques légumes.

Les aviculteurs vous les vendront bien volontiers si vous voulez vous livrer à cet exercice, de même que les bouchers auprès desquels il suffit de les commander.

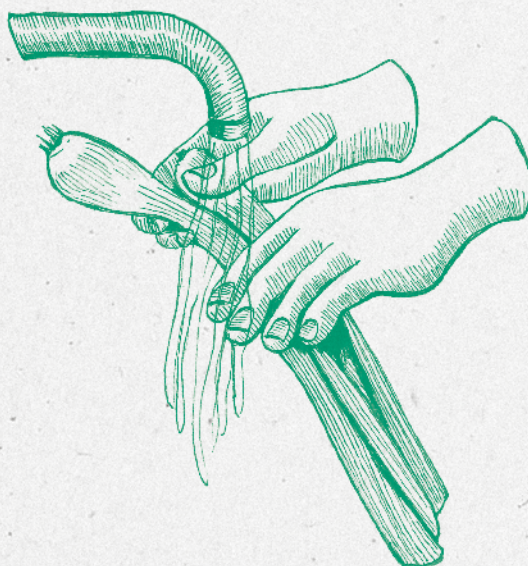
Après, c'est à vous de jouer avec un peu d'imagination. Poule au riz avec une sauce onctueuse, terrine, effiloché dans une salade estivale, et même dans un burger... L'éventail des possibilités est infini. Surtout, ne jetez pas le bouillon de cuisson ! Il vous permettra de sublimer un risotto ou d'affiner une sauce.



- 1** Laver la poule et l'essuyer. La disposer dans une grande casserole avec un oignon piqué d'une feuille de laurier et de clous de girofle ainsi qu'un bouquet garni. Couvrir d'eau.

Ajouter des grains de poivre et du sel. Porter à ébullition. Baisser le feu et laisser frémir 4 heures.

- 2** Pendant la cuisson de la poule, laver les légumes (carottes, navets, céleri en branche, poireau...).



- 3** Eplucher les carottes et les navets. Sécher les épluchures. Les faire frire pour l'apéritif. Ajouter un peu de sel.





4 Trente minutes avant la fin de la cuisson de la poule, ajouter les légumes découpés en morceaux dans la casserole.



5 Lever la poule et les légumes. Prélever la viande. La servir avec une sauce (voir point 6). Réserver les restes de viande pour confectionner une terrine ou les agrémenter d'une mayonnaise maison épicée pour en garnir un burger.



6 Pour réaliser la sauce à servir avec la poule, faire un roux blanc avec de la farine et du beurre. Ajouter petit à petit 3 dl de bouillon filtré. Intégrer 2 dl de crème, 1 jaune d'œuf et une cuillère à soupe de moutarde forte. Rectifier l'assaisonnement selon vos goûts.



7 Servir la poule avec la sauce, les légumes et du riz blanc.

8 Dégraisser le bouillon, le conserver pour réaliser un risotto ou le congeler en portions pour un usage ultérieur.



Paysanne, boucher, restauratrice, boulanger, maraîcher, journaliste culinaire, vigneron... Pour ces professionnels du goût, les choses ont beaucoup évolué ces vingt dernières années. Souvent en bien, comme quand les pesticides sont abandonnés au profit des auxiliaires naturels de culture ou lorsque le patrimoine culinaire est célébré, accompagné de vins naturels. Mais il y a aussi les boulangeries qui ferment ou des normes nouvelles qui ne favorisent pas certains secteurs, comme la boucherie. Mais ce qui est certain, c'est que la passion pour le goût ne fait que croître ! Témoignages.

En 20 ans, le goût a évolué

Texte, Patrick Morier-Genoud - Photos, DR



photo, Hans-Peter Siffert

Une grande curiosité pour le goût

« En 2006, j'ai créé une table où les gens peuvent venir l'après-midi me regarder cuisiner ou donner un coup de main. Cette formule n'existait pas il y a 15 ans, aujourd'hui elle essaime. Les hôtes apprécient cette convivialité qui va au-delà du simple repas. Ils sont aussi plus curieux en matière de goûts et ont envie de comprendre ce qu'il y a derrière un plat. Car la globalisation a élargi la palette des saveurs, de même que la redécouverte des plantes sauvages ou des produits oubliés qui doit beaucoup aux mouvements ProSpecieRara ou SlowFood. Beaucoup d'hôtes reviennent. D'autres sont juste en quête de nouvelles expériences, car la gastronomie ne fait pas exception à la tendance du sensationnalisme. »

Meret Bissegger, cuisinière et auteure de *La cuisine des plantes sauvages* et de *Ma cuisine de Légumes*, éd. Ulmer

La cucina naturale, Casa Merogusto, Malvaglia, TI

www.meretbissegger.ch



La Suisse au centre de l'assiette

« Dans les années 1970, il y a eu l'attrait du voyage, un grand appétit de découvertes. Egalement culinaires. Je me souviens du premier cuy (cochon d'Inde) dégusté au lac Titicaca, du sashimi de thon de Manille ou encore du bœuf haché thaïlandais de l'aéroport de Bangkok, le plus fort jamais mangé. Et puis, des décennies plus tard, j'ai vécu ma première Saint-Martin, dans le Jura. Cette cochonnaille archaïque a provoqué mon retour aux sources. La fusion de l'Europe et de l'Asie, c'est du passé. Aujourd'hui, si « l'Est rencontre l'Ouest », c'est entre le lac Léman et celui de Constance. Ainsi, depuis 20 ans - et pas uniquement pour moi - c'est le patrimoine culinaire de la Suisse qui est au centre de l'assiette. »

Paul Imhof, journaliste et auteur culinaire, membre du comité de l'Association Patrimoine culinaire suisse

www.paulimhof.ch

www.kulinarischeserbe.ch



Deux tiers des boulangeries ont fermé

« Le métier de boulanger a beaucoup changé. D'abord, le pain n'est plus un aliment essentiel ; on le consomme davantage sous d'autres formes, sandwiches, etc. Les points de vente aussi ont changé : deux tiers des boulangeries ont fermé en 30 ans mais on trouve des produits boulangers partout. Ils sont fabriqués industriellement, avec des temps de fermentation très courts. La Suisse importe 130'000 tonnes de produits boulangers congelés par an. Avec pour conséquence une augmentation des allergies au gluten. Car pour qu'un pain soit digeste, il lui faut une longue fermentation et des céréales de qualité. À nous, passionnés, de faire en sorte que le pain redevienne un aliment essentiel et de caractère ! »

Jack Capt, artisan boulanger

Four banal de Moiry, VD



Le succès des vins naturels

« Il y a vingt ans, nous avons commencé le processus de reconversion à la biodynamie, aujourd'hui c'est pratiquement l'entier de nos vignes qui sont cultivées selon ce principe. Ces vingt dernières années, l'intérêt des consommateurs pour les vins naturels, sans intrants ni sulfites, n'a cessé de croître. Aujourd'hui, je pense qu'on va de plus en plus nous demander des vins avec un très faible bilan carbone. Nous sommes très proactifs et nous nous y préparons, menant des ré-

flexions à ce sujet afin d'être prêts un jour à proposer des vins avec un bilan carbone zéro. De toute manière, cela fait partie de notre philosophie générale : il ne faut pas consommer bêtement. »

Raoul Cruchon, vigneron à Echichens

Domaine Henri Cruchon

www.henricruchon.com

LA SEMAINE DU GOÛT A PERMIS EN 20 ANS DE REDÉCOUVRIR LE PLAISIR DE MANGER ET LA DIVERSITÉ DE NOS TRADITIONS LOCALES.



photo, Devènes Dez

Des insectes plutôt que des pesticides

« Cela fait vingt ans que nous proposons nos produits sur des marchés, chez nous ou à Lausanne, et la clientèle est plus que jamais au rendez-vous. Il y a très nettement une volonté de consommer des produits locaux. Aujourd'hui, les techniques de culture se sont grandement améliorées dans le bio. Notamment avec le développement de l'utilisation des auxiliaires de culture, ces insectes qui remplacent très avantageusement les pesticides. Même les producteurs qui font de la culture conventionnelle s'y sont mis ! Concernant les variétés de fruits et légumes, nous avons petit à petit augmenté notre assortiment. Aujourd'hui, nous n'en produisons pas moins de deux cent cinquante. »

Mathieu Cuendet, maraîcher
à Bremblens

www.marche-cuendet.ch

Le steack haché a remplacé le ragoût

« Les nouvelles tendances de consommation apparues ces vingt dernières années ainsi que les nouvelles normes de détention, d'élevage et d'abattage ont modifié notre métier de boucher-charcutier. D'une part, la grande majorité des abattements a lieu dans des centres souvent détenus par de grands acteurs de la distribution. L'époque où chaque consommateur connaissait, via son boucher, le nom de l'éleveur de la bête fournissant sa viande est révolue. D'autre part, les consommateurs se sont tournés vers des produits carnés à cuisson rapide, préférant le steak haché au ragoût à mijoter. La viande de volaille a pris une part prépondérante, pour des raisons de coût mais également pour ses propriétés gustatives. »

Blaise Corminboeuf,
boucher-charcutier,

Directeur de la Boucherie du Palais
à Carouge

www.bifteck.ch

Vive le plaisir du goût !

« Un grand merci à la Semaine du Goût pour son 20^e anniversaire. Grâce à elle, nous avons redécouvert le plaisir du goût et la diversité de nos traditions locales. Par chance, ce qui avait débuté en Suisse romande a fini par atteindre la Suisse alémanique. Je me souviens avec enthousiasme de la clôture de l'édition 2016 au cours de laquelle, dans notre chef-lieu cantonal de Liestal, 700 convives s'étaient régalez de spécialités régionales. Ce fut une inoubliable célébration du goût, de la tradition, des produits régionaux authentiques et du partage. C'est ce que la Semaine du Goût apporte chaque année. Une réussite qui, désormais, influence aussi notre politique agricole. Vive la Semaine du Goût ! »

Maya Graf, Conseillère aux Etats
baloise et agricultrice bio

Le numéro 2 helvétique de la restauration de collectivités met les bouchées doubles pour réduire l'impact de son activité sur l'environnement en interrogeant ses pratiques et en incitant les convives à adopter un comportement éco-responsable.

Réduire, trier et valoriser les déchets

—
LA STRATÉGIE D'ELDORA CONTRE
LE GASPILLAGE
—



Gérer 290 établissements qui servent quelque 60'000 repas par jour n'est pas une mince affaire. Faire son métier de restaurateur de collectivités en ayant en ligne de mire au quotidien la lutte contre le gaspillage alimentaire et la préservation des ressources de notre planète est un défi de taille supplémentaire. Aux manettes du service Qualité d'Eldora, Pierre Veyrat fourmille d'idées pour améliorer les pratiques et les comportements tant du côté des cuisines que des convives.

Il peut compter sur des équipes enthousiastes au siège à Rolle et sur le terrain : « Nous nous attelons à tous les niveaux à réduire les déchets en amont, à les trier et les valoriser lorsqu'il y en a. C'est notre manière de contribuer à un monde moins gourmand en ressources » !

Deux axes

En janvier dernier, Eldora a annoncé sa décision de déployer la possibilité de sauver ses invendus, via l'application Too Good To Go, à 120 établissements (voir encadré). Les responsables de secteurs ont été formés et ont reçu un support de mise en route avec un accent tout particulier sur les consignes en matière de sécurité alimentaire. « Pour certains

mandants, qui ne sont pas ouverts sur l'extérieur, nous avons dû faire paramétrer l'application afin que ces points de vente ne soient pas visibles du grand public. Pour d'autres, notamment les écoles, nous avons défini des horaires très précis avec pour objectif d'éviter que les enfants

SAUVER LES INVENDUS ET INCITER LES CONSOUMMATEURS À NE PAS GASPILLER.

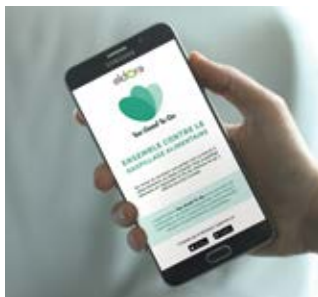
ne croisent des personnes extérieures lors de la récupération des paniers », relève Pierre Veyrat.

Sauver les invendus est une chose. Inciter les consommateurs à ne pas gaspiller lors des repas est un autre axe privilégié par Eldora au travers de l'animation Zéro Gaspi, destinée tant aux enfants des cantines scolaires qu'aux adultes fréquentant les restaurants d'entreprises. Un concept dont l'ambition est d'éveiller

les consciences et de contribuer à développer de bonnes pratiques à l'école, au travail et à la maison grâce à la mise à disposition de guides illustrés et d'idées-recettes pour cuisiner les restes.

Monitoring en coulisse

Toute une série de mesures sont appelées à voir le jour cette année encore au sein même des cuisines. « L'idée est de monitorer les déchets, de suivre les consommations d'eau et d'énergie, grâce à une solution digitale d'autocontrôle, car si la facture à régler pour l'élimination des déchets est un macro-indicateur, leur suivi est une des grandes préoccupations d'Eldora », insiste Pierre Veyrat. Le restaurateur a notamment travaillé de concert avec les chimistes cantonaux afin de récupérer les mono-produits non assaisonnés à l'issue du service et de les transformer en coulis après traitement thermique et passage au mixer pour éliminer les corps étrangers. Un pas de plus vers des établissements zéro déchets. Enfin, pour communiquer sur l'ensemble des pratiques en lien avec le développement durable au sein de l'entreprise, une nouvelle revue devrait voir le jour prochainement.



Des repas à sauver

Disponible dans notre pays depuis 2018, l'application Too Good To Go a déjà séduit bon nombre de commerces alimentaires qui proposent leurs invendus du jour en ligne sur le principe du panier surprise. Des produits frais, qui ne peuvent plus être vendus le lendemain, peuvent être achetés en quelques clics sur l'application par tous ceux qui souhaitent participer activement à la lutte contre le gaspillage.

Suite à deux essais-pilotes menés dès novembre 2019 dans les restaurants scolaires de

Nyon et au sein de l'établissement A-One de Rolle, Eldora a décidé de déployer cette offre chez un maximum de ses mandants. D'ici fin 2020, 120 points de vente sont appelés à adhérer à l'application. Pour sauver ces invendus, et dans un esprit de durabilité, les clients de l'application qui se rendent dans un établissement Eldora sont invités à se munir de leurs propres contenants ou à utiliser des reBOx reCircle consignées.

Selon une enquête menée à la demande de Too Good To Go, il ressort que les 90 % du contenu de chaque panier surprise sont consommés. L'étude montre également que si tout n'est pas mangé tout de suite, les restes

des invendus ne finissent pas forcément à la poubelle. Ils sont soit consommés le lendemain, soit congelés pour un usage ultérieur, ou encore partagés avec d'autres personnes. 35% des sondés qui ont téléchargé l'application ont indiqué l'avoir fait pour réduire le gaspillage, 26% pour l'effet surprise du panier, 17% pour faire partie du mouvement contre le gaspillage alimentaire, et 20% pour économiser de l'argent.



Zéro Gaspi, pour petits et grands

Eldora offre chaque année à ses mandants un riche menu d'animations. L'une d'elles, nommée Zéro Gaspi, a pour objectif d'inciter les convives à ne pas gaspiller tant au restaurant scolaire qu'en entreprise.

Initialement imaginé pour les enfants de 6 à 10 ans, le concept a été mis en œuvre dans plusieurs écoles de Suisse romande. Avec sa mascotte Sacapoub, ce programme didactique, encadré par une diététicienne, se déroule sur deux semaines dans les cantines scolaires participantes.

Durant la première semaine, les enfants sont invités à

débarrasser les restes alimentaires de leurs assiettes dans un chariot de tri spécialement conçu à cet effet permettant de peser les restes totaux à la fin du repas. Il leur est également demandé de déposer dans une corbeille les restes de pain, un aliment fréquemment gaspillé en restauration. Chaque jour, ces valeurs sont transposées dans un « gachi-mètre » afin de visualiser la progression sur la semaine. Un bilan est réalisé à la fin de la première semaine.

Durant la deuxième semaine, les enfants sont sensibilisés au gaspillage alimentaire avec pour objectif de moins jeter que la semaine précédente. Au terme de l'expérience, un nouveau bilan est dressé. Les enfants reçoivent enfin un badge de

participation et une brochure avec quelques conseils et recettes pour la maison.

L'expérience a tellement fait parler d'elle par le biais des enfants que les équipes d'Eldora l'ont adaptée aux adultes. Elle est aujourd'hui proposée en entreprise.

A close-up, low-angle shot of a chef in a white uniform and tall hat, looking down at his work in a kitchen. The background is blurred, showing other kitchen elements and lights.

Joseph Favre

—
VALAISAN ET PÈRE DE L'ACADÉMIE
CULINAIRE DE FRANCE
—

Texte, Manuella Magnin - Photos, DR

Il est décédé en 1903 dans l'indifférence presque totale. Le Professeur Albert Mudry, ORL réputé, dédie un ouvrage à ce précurseur de la science culinaire à la veille du troisième Grand Prix qui se tiendra en son honneur au CERM de Martigny le 29 novembre. Interview.

SDG Vous êtes un éminent spécialiste de l'oreille, qu'est-ce qui vous a motivé à vous intéresser à la vie de Joseph Favre?

AM Tout d'abord, ma profonde amitié avec feu le chef Benoît Violier. J'ai consacré six années à la rédaction de son second livre sur la cuisine du gibier. Quand Benoît a décidé de créer un Grand Prix Joseph Favre en l'honneur de l'initiateur de l'Académie culinaire de France, j'en étais le secrétaire pour la Suisse. J'ai été intronisé comme membre par la suite. J'ai constaté qu'il n'y avait pas beaucoup d'écrits sur ce Valaisan qui a vécu au 19e. Un siècle que je connais bien, ayant consacré une thèse en lettres au médecin hongrois Adam Politzer, spécialiste des maladies de l'oreille. Joseph Favre s'intéressait beaucoup à la médecine et à l'influence de notre nourriture sur la santé. Sur le plan personnel, ma maman est originaire de Vex en Valais où ce grand cuisinier est né.

SDG De quel milieu était-il issu?

AM Il a grandi dans une famille très simple du Val d'Hérens. Au milieu du 19e, Vex était un village à l'écart du monde. À l'époque, les premiers touristes

commençaient à peine à découvrir le Valais. Sion comptait un ou deux hôtels. C'est au Grand Hôtel de Sion qu'il effectue son apprentissage de cuisinier avant de perfectionner son art dès 1865 à travers la Suisse, la France, l'Allemagne et l'Angleterre en travaillant dans de grandes maisons.

SDG Comment expliquer qu'il fut un anarchiste?

AM Joseph Favre était manifestement épris de justice sociale. Il a beaucoup œuvré notamment pour la protection des ouvriers. Il s'est engagé en politique en 1872 en adhérant à la Fédération jurassienne, qui représente l'anarchisme dans la Suisse de l'époque. Il a, entre autres, croisé la route de Bakounine.

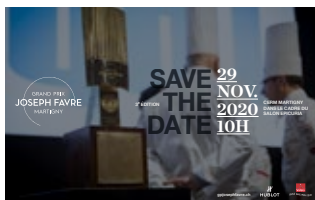
SDG Quels sont ses apports à la gastronomie d'hier et d'aujourd'hui?

AM Joseph Favre n'était pas qu'un cuisinier créateur de nombreuses recettes; il est le précurseur de l'hygiène alimentaire. En 1878, il édite le premier périodique hebdomadaire de cuisine écrit par un cuisinier. Ce journal lui permet de mettre en place la plupart de ses idées de progrès pour l'art culinaire et d'introduire et de promouvoir les règles

de la cuisine hygiénique. Ce concept, nouveau pour l'époque, englobe tout ce qui touche à l'hygiène et à l'hygiène médicale, en particulier dans la cuisine. La cuisine hygiénique inclut par exemple la fraîcheur et la qualité des aliments cuisinés ainsi que leurs bienfaits sur la santé. Sa plus grande œuvre est sans nul doute la publication de son Dictionnaire universel de cuisine et d'hygiène alimentaire en quatre volumes. C'est une véritable encyclopédie illustrée d'hygiène alimentaire de quelque 2000 pages de définitions et d'articles qui décline plus de 6000 recettes de cuisine. Le dictionnaire porte un regard nouveau sur la cuisine en racontant l'histoire et l'origine des produits et en parlant de la valeur nutritionnelle des aliments et du comportement alimentaire.



Joseph Favre (1844-1903)
Cuisinier et érudit valaisan,
Albert Mudry,
Editions Favre



L'hommage martigneraïn

Imaginé et initié par feu Benoît Violier, le Grand Prix Joseph Favre, aujourd'hui porté par la Fondation du Grand Prix Joseph Favre et son président Franck Giovannini, se déroule tous les deux ans dans la cité d'Octodure. Ce concours de cuisine de haut niveau, qui met à l'honneur

les produits du terroir, réunit 6 candidats sélectionnés sur dossier, un jury européen de prestige, ainsi qu'un public de 1000 personnes, composé d'épicuriens tout comme de personnalités de l'hôtellerie et de la gastronomie helvétiques.

La troisième édition du Grand Prix Joseph Favre devrait se tenir le dimanche 29 novembre 2020, au CERM de Martigny, dans le cadre du salon Epicuria.

Les candidats sont appelés à réaliser des mets avec des filets de perche, un agneau Nez noir, une poire Williams et du pain de seigle. Des ingrédients 100% valaisans.

Si les gouvernements et l'aide internationale misent généralement sur une augmentation de la productivité, un programme de la DDC entend au contraire réduire les pertes alimentaires liées au stockage des récoltes.

Améliorer la sécurité alimentaire

UNE PRIORITÉ POUR L'ÉTHIOPIE

Texte, Véronique Zbinden – Photos, DR

« Quand on tue une chèvre, en Ethiopie, le moindre morceau de la bête est valorisé, mangé ou transformé à des fins utilitaires, de la tête aux abats ; dans la région de Gambela, les femmes utilisent ainsi la peau, attachée aux pattes, pour transporter toutes sortes d'objets ou même porter leurs bébés... » Les propos de Peter Sidler, basé en Afrique de l'Est et responsable du programme global Sécurité alimentaire de la DDC, illustrent le fait que l'Afrique – bien loin de nos sociétés, qui ont tendance à consommer uniquement les parties nobles d'un animal - ne connaît pas le gaspillage alimentaire...

Pourtant, des pertes surviennent à d'autres niveaux de la chaîne de production. Les experts du Programme Alimentaire

mondial soulignent que les pertes alimentaires sont synonymes de famine pour des millions de familles - plus de 800 millions de personnes souffrent de la faim dans le monde en 2019, c'est le chiffre le plus élevé depuis 10 ans : leur réduction nous rapprocherait d'un des objectifs fixés par les Nations Unies en 2015 : « Zero loss for zero hunger » (ni pertes alimentaires ni famine).

Coopération internationale

« La coopération internationale se focalise souvent sur la manière d'augmenter la productivité dans les pays en développement, explique Simon Zbinden, chef du programme global Sécurité alimentaire de la DDC. Cet objectif revient à minimiser le fait qu'un quart environ des denrées alimentaires sont perdues

ou abîmées tout au long de la chaîne de production, notamment en raison d'un stockage inadéquat ».

« La DDC travaille depuis plusieurs années à réduire ces pertes alimentaires. »

L'expérience menée en Amérique centrale entre 1990 et 2005 mettait l'accent sur des techniques simples, notamment le recours à des micro-silos de métal réalisés par des artisans locaux, pour gérer les stocks. La moitié des communautés rurales du Nicaragua et du Honduras, du Salvador et du Guatemala en sont aujourd'hui équipées, faisant tomber ce chiffre de 20 à 5%.

En Afrique, la DDC intervient aussi dans le domaine de la sécurité alimentaire. Basé



à Addis Abeba depuis 2016, Peter Sidler est responsable de la mise en œuvre de trois projets. « La sécurité alimentaire en Ethiopie passe par une agriculture plus rentable mais aussi par l'amélioration des techniques: il s'agit de faire connaître certaines pratiques et innovations. Nous travaillons essentiellement avec des petits paysans et des coopératives, ainsi que des artisans locaux, qui fabriquent les micro-silos dont nous avons besoin pour le stockage. Les denrées de base tels le maïs ou les haricots, souvent conservées dans de mauvaises conditions, sont la proie d'insectes, rongeurs, maladies fongiques, voire de voleurs. Un de nos objectifs est de réduire les pertes en améliorant les procédures et la gestion des stocks après récolte. À cela s'ajoutent un soutien au financement durable, la

mise en place d'une stratégie nationale avec l'appui du Ministère de l'Agriculture et de partenaires locaux et la formation des paysans concernés ».

Budgétée à 2'900'000 francs sur quatre ans, la deuxième phase du programme a débuté en 2018 pour s'achever en 2021. Elle porte sur les principales cultures vivrières que sont le maïs, le blé, le sorgho et les haricots dans les quatre principales provinces agricoles d'Ethiopie: Tigré, Amhara, Oromia, Nations et la région des Nations, Nationalités et Peuples du Sud.

Sacs hermétiques ou silos

« Traditionnellement, les fermiers des hauts plateaux érigent de petites huttes de terre pour y entreposer leurs récoltes, explique Addis-Teshome Kebede, un des

agronomes responsables du projet à la DDC. Ces structures sont assez rudimentaires: d'importantes quantités sont perdues, voire endommagées par les rongeurs ou certains coléoptères, qui déposent leurs larves à l'intérieur des grains de maïs, faisant passer des microtoxines dans l'alimentation des rongeurs et des humains... Ceci occasionne une perte de qualité et de valeur nutritionnelle, mais aussi des risques d'infections et de maladies. Du coup, pour éviter cela, les céréales sont souvent traitées avec des produits de synthèse. Il y a dès lors tout un travail d'information pour dissuader les paysans de recourir à la chimie, et préférer des sacs hermétiques et des silos à leurs méthodes traditionnelles ».

Lors d'une première phase du programme, plus de 5000 fermiers ont eu accès aux méthodes de stockage améliorées et quelque 5600 ont pris part à une formation technique. À ce jour, 4000 silos ont été livrés dans les communautés rurales, mais aussi plusieurs milliers de sacs hermétiques produits et distribués localement. Les pertes après-récolte ont été réduites de 30 à 40% durant la période prise en compte pour les quatre filières du maïs et du blé, du sorgho et du haricot.

La DDC collabore avec le ministère de l'agriculture pour réaliser ce programme et contribuer à une prise de conscience et à la formation des communautés impliquées. « La politique consistant à doper les rendements passe par le recours à des fertilisants et des pesticides et c'est aussi tout le débat », relève Addis.

Le programme de la DDC a touché quelque 5000 paysans à ce jour, mais en vise 15'000 sur les 80 millions d'agriculteurs que compte l'Éthiopie : une goutte d'eau, sans doute, mais surtout un travail

de sensibilisation et de réseautage. Le gouvernement et les instances locales veulent le poursuivre et l'étendre jusqu'à atteindre la majorité de la population. « Nous avons créé un contexte favorable,

afin que d'autres acteurs et partenaires, conscients des enjeux, prennent le relais », note Addis.

Ses interventions sont dictées par la volonté de réduire la pauvreté, prévenir et gérer les crises et catastrophes, promouvoir une croissance et un accès durables aux ressources, à l'éducation et aux soins pour tous.

La DDC opère dans quatre zones - Afrique du Nord, Afrique subsaharienne, Asie centrale, du Sud et du Sud-Est, Europe de l'Est - soit trente-quatre pays définis comme prioritaires. Dans la Corne de l'Afrique, ses activités se concentrent sur la sécurité alimentaire et la santé.

Le budget alloué à l'aide au développement s'élevait pour la période 2017-2020 à 11,11 milliards (3,022 milliards pour 2018), soit en gros 80 centimes par jour et par habitant ou 0,45% du revenu national brut - soit à peine plus de la moitié de l'objectif fixé par l'ONU à 0,7%...

—
**NOUS TRAVAILLONS
 AVEC DES PETITS
 PAYSANS ET DES
 COOPÉRATIVES,
 AINSI QUE DES
 ARTISANS LOCAUX.**
 —



**Pertes
 ou gaspillage
Une question
 de définition**

Les pertes alimentaires (Food Loss) surviennent avant que le produit parvienne sur le marché. Les denrées peuvent être perdues ou endommagées à différents stades de la chaîne : transport, stockage ou transformation. Tandis que les produits adaptés à la consommation humaine mais refusés par la distribution ou les consommateurs, voire périmés, relèvent du gaspillage alimentaire (Food Waste).

**À propos
 de la DDC**

Un monde sans pauvreté et en paix pour un développement durable : c'est l'objectif de la Direction du développement et de la coopération (DDC), qui fait partie intégrante de la politique étrangère menée par la Suisse.

Rattachée au département fédéral des affaires étrangères, la DDC coordonne la coopération au développement et la coopération avec l'Europe de l'Est avec d'autres offices fédéraux, ainsi que l'aide humanitaire de la Suisse.

Ses interventions sont dictées par la volonté de réduire la pauvreté, prévenir et gérer les crises et catastrophes, promouvoir une croissance et un accès durables aux ressources,

à l'éducation et aux soins pour tous.

La DDC opère dans quatre zones - Afrique du Nord, Afrique subsaharienne, Asie centrale, du Sud et du Sud-Est, Europe de l'Est - soit trente-quatre pays définis comme prioritaires. Dans la Corne de l'Afrique, ses activités se concentrent sur la sécurité alimentaire et la santé.

Le budget alloué à l'aide au développement s'élevait pour la période 2017-2020 à 11,11 milliards (3,022 milliards pour 2018), soit en gros 80 centimes par jour et par habitant ou 0,45% du revenu national brut - soit à peine plus de la moitié de l'objectif fixé par l'ONU à 0,7%...

Plusieurs articles et documentaires ont récemment dénoncé les conditions abominables des travailleuses qui décortiquent les noix de cajou. Depuis 2010, la demande de cette noix a explosé en Europe. Elle est à la mode pour ses qualités nutritives, sa teneur en minéraux, notamment en magnésium.

Les dangers de la libéralisation économique



Texte, Nadia Laden – Photo, DR

On n'en finit pas de découvrir des scandales environnementaux et sociaux liés à l'alimentation. Ils sont souvent le fait des industriels, qui exploitent tous les filons pour nous faire avaler n'importe quoi (additifs, huile de palme), pourvu que ça rapporte. Ils sont parfois liés à nos comportements alimentaires : un aliment devient tendance et la demande explose, avec des conséquences comme la déforestation, la disparition de cultures vivrières, la demande en eau et le cortège de pollutions diverses.

En quelques années, le marché de la noix de cajou a complètement été chamboulé. L'Asie s'est mise à en produire à grande échelle et l'Afrique, producteur historique, fournit maintenant 45 % des noix de cajou qui sont transformées en Asie, par des femmes qui y risquent leur santé. Une substance toxique se trouve entre les

deux coquilles de la noix de cajou, c'est une huile corrosive qui provoque de graves brûlures. Il est par conséquent primordial de mettre en place des mesures permettant de protéger les mains et le visage des personnes qui décortiquent les noix de cajou, ce qui n'est de loin pas le cas dans la plupart des ateliers qui ont fleuri pour répondre à cette demande croissante.

Certification biologique

L'Association Romande des Magasins du Monde (ASRO) a investigué auprès de ses fournisseurs, la noix de cajou étant un produit qui a toujours eu sa place sur les rayons des magasins de commerce équitable. Les noix de cajou que l'on trouve dans les Magasins du Monde de Suisse romande proviennent de deux coopératives, Green Net en Thaïlande (GNC) et Fair Trade Alliance Kerala (FTAK) en Inde. Ces coopératives sont des exemples

de production respectueuse de l'humain et de l'environnement. La première est spécialisée dans les impacts du changement climatique et la façon dont les agriculteurs peuvent y faire face, et a même initié la création du premier organisme thaïlandais de certification biologique ! La seconde fait des efforts notables dans les domaines de la biodiversité et de la sécurité alimentaire, avec un accent important mis sur l'égalité des sexes parmi ses membres. Fort heureusement, en plus d'un salaire leur permettant de vivre dignement, toutes les travailleuses de ces coopératives bénéficient de protections pour manipuler les noix de cajou.

Ce sont les avantages des partenariats du commerce équitable : ils ne cèdent pas aux exigences du marché, ils sont établis sur le long terme et ils respectent des critères sociaux et environnementaux rigoureux.

Facilement identifiables grâce aux labels régionaux, les produits du terroir des six cantons romands et du Jura bernois sont rassemblés sous la bannière Pays romand – Pays gourmand. Depuis trois ans, le label national de qualité regio.garantie renforce leur visibilité et l’assurance de consommer local.

Au Pays romand, authenticité rime avec durabilité

Textes, Réane Ahmad – Photos, DR

Les entreprises avec des produits certifiés selon les standards regio.garantie privilégient les matières premières de la région et la transformation locale, la vente en vrac et les circuits courts, la préservation des ressources et les modes de transport durables. Portraits d’initia-

tives écoresponsables au cœur des terroirs romands!

Partez à la découverte de sept spécialités gourmandes du Pays romand et retrouvez plus d’informations sur les produits du terroir romand sur le site :

www.paysgourmand.ch

regio
garantie Bonne. Nature. Bonheur.
paysgourmand.ch



« Genève Région – Terre Avenir »

À Presinge, sur la rive gauche du lac Léman, la famille Läser exploite le Domaine de l’Abbaye depuis un siècle. Propriété de l’Etat de Genève, il est labellisé Bourgeon Bio Suisse. « Notre domaine est bien mécanisé mais nous portons une attention toute particulière à la préservation des ressources naturelles et sommes attentifs au bien-être de notre bétail », indique la famille. Elle a développé une belle gamme de produits à base de céréales cultivées, transformées et emballées sur le domaine, principalement de l’avoine, du blé, de

l’épeautre, du maïs, du millet et du seigle. Toutes les spécialités, sans agents conservateurs, portent la marque Genève Région – Terre Avenir : des soufflés aux flocons, en passant par les graines et les apéritifs, sans oublier les farines, les polentas et les pâtes.

gnés, ainsi que la viande des vaches allaitantes Limousine élevées sur le domaine aux côtés de leurs veaux.

Domaine de l’Abbaye

Ch. de Pré-Rojoux 25 – 1243 Presinge

Famille Läser

079 667 70 22

www.domainedelabbaye.ch

DES CÉRÉALES QUI NE MANQUENT PAS DE SOUFLÉ



Souhaitant renforcer le contact avec le consommateur, les Läser misent de plus en plus sur les circuits courts et la vente directe. Ils tiennent ainsi un joli magasin à la ferme, « Du local en bocal ». L’ensemble des céréales y sont proposées à la vente en sachets ou en vrac dans des bidons consi-



« Neuchâtel Vins et Terroir »

Chaque année, Quentin Ducommun se lance un nouveau défi : démarrer une culture peu commune en Suisse au Domaine des Prés d'Areuse. Un goût pour l'expérience qui lui vient sans doute de son père, déjà à contre-courant avec la noix ou l'agroforesterie. Autre tradition familiale, la vente directe. À l'époque, les Ducommun faisaient du porte-à-porte dans les villages en charrette tirée par un cheval.

Aujourd'hui, la clientèle s'approvisionne dans le beau magasin à la ferme aménagé dans un ancien pigeonier. « Nous nous faisons plaisir en travaillant à petite échelle, en transformant et en vendant un maximum de produits en circuits courts ici ou dans les épiceries en vrac », décrit Quentin Ducommun. « Nous mangeons tout ce que nous produisons, donc

des canes et des cochons laineux (œufs, viande) ou propose des fruits, légumes et légumineuses du domaine (kiwis, kakis, amandes, grenades, lentilles, etc.), parmi bien d'autres spécialités de la ferme et de la région. Les premières bananes neuchâteloises sont attendues d'ici trois ans !

Domaine des Prés d'Areuse

Route du Lac 11 - 2015 Areuse

Quentin Ducommun

032 841 73 33

www.aux-pres-de-chez-vous.ch

DE L'EXOTISME EN VENTE À LA FERME

les aliments les plus sains possibles pour nous-mêmes et pour nos clients. » Ainsi, la famille presse à froid ses huiles (caméline, noix, pavot, etc.), élève des oies,



« Terroir Fribourg »

La start-up sort à peine de terre. « Mange moi comme je suis » est née dans l'esprit de quatre étudiants de la Haute école des sciences agronomiques, forestières et alimentaires de Zollikofen (BE). « Une grande partie du gaspillage a lieu chez le maraîcher, que ce soit pour une question de calibre, de forme ou de « blessure » à la

récolte, des critères fixés par la grande distribution », indique Sylvain Noël, l'un des co-fondateurs. « Notre entreprise lui rachète les légumes, en couvrant les frais de production. Si le producteur ne fait pas

« MANGE MOI COMME JE SUIS ! »

de marges, en temps normal il ne reçoit rien pour ces invendus, ce qui constitue une perte brute. »

Soutenue par Terroir Fribourg, la jeune pousse vise dans un premier temps à s'étendre jusqu'à la plaine de l'Orbe, tout en élargissant son assortiment. Prônant la consommation locale et la transparence, elle livre par exemple aux magasins Landi de Payerne et d'Avenches, ainsi qu'au Vrac Boulevard à Villars-

sur-Glâne et au magasin de la Ferme du Ferrage à Rueyres-Saint-Laurent. Les livraisons à domicile démarrent. « Notre objectif est d'aider les agriculteurs, sans concurrencer les légumes premium. En prouvant la rentabilité du système, nous espérons que de grands acteurs comme Fenaco se posent la question de créer un assortiment de légumes hors calibre, biscornus mais au goût intact. »

Mange moi comme je suis

mangemoicommejesuis@bluewin.ch

Page Facebook « Mange moi comme je suis »





—
**UNE SAUCISSE
 CRAQUANTE
 DE CHEVAL**
 —

**« Spécialité
 du canton du Jura »**

Au Noirmont, la Boucherie St-Hubert reflète la tradition des boucheries de campagne travaillant avec des éleveurs des environs et possédant leur propre abattoir. Tout en pratiquant des prix équitables, Francis Sauser cherche autant que possible à valoriser l'animal dans son entier. Parmi les filières moins connues se trouve celle de la viande chevaline, issue de l'élevage traditionnel du Franches-Montagnes. « Prioritairement destiné aux loisirs et au

sport, le cheval de la région ne fait pas l'objet d'un engraissement intensif », relève Francis Sauser.

Afin de sauvegarder ce patrimoine vivant et de valoriser cette viande particulièrement durable, la marque de garantie Viande chevaline suisse L'Originale a été créée par la Fédération jurassienne d'élevage chevalin (FJEC) et la Fondation rurale interjurassienne (FRI). Saine et de grande qualité gustative, la viande de cheval est plus rouge et plus maigre que le bœuf. Son goût est légèrement sucré.

Parmi les recettes que Francis Sauser a contribué à développer, relevons La Craquante. Cette fine saucisse fumée composée à 70% de viande chevaline, d'un peu de lard et assaisonnée par le boucher, étonne par son craquement sous la dent ! Elle se déguste grillée au barbecue, rissolée à la poêle ou encore à l'eau frémissante.

Boucherie St-Hubert
 Rue du 23-Juin 2 – 2340 Le Noirmont
 Francis et Daniela Sauser
 032 953 11 26
www.boucherie-st-hubert.ch
www.viande-chevaline-suisse.ch



**« Jura bernois Produits
 du terroir »**

Dans les fromageries, et historiquement sur les alpages, la production de sérac représente une délicieuse valorisation du petit-lait. Ce liquide se sépare du lait caillé lors de la fabrication du fromage, notamment du Gruyère AOP. La Fromagerie des Reussilles, réputée loin à la ronde pour sa qualité et sa conscience environnementale, prépare du sérac deux fois par semaine. En plus du nature, elle propose au magasin les arômes ciboulette/ail, cumin et piment.

« Ce fromage très digeste ne contient pas de matière grasse », relève Claude Liengme, collaboratrice. « Neutre de goût, il devient savoureux en lui ajoutant des condiments salés, comme de l'aromate, ou sucrés, comme du miel. » Le sérac peut aussi se substituer à la viande hachée ou accompagner des champignons et légumes revenus à la poêle.

les restes de crème entrent dans la préparation du beurre. « Grâce au contact direct, notre clientèle ramène avec plaisir les bouteilles que nous lavons et réutilisons. » Yoghourt et séré nature sont aussi vendus en vrac.

Fromagerie des Reussilles
 Le Saucy 24a – 2722 Les Reussilles
 Hans-Peter Furrer
 032 487 46 14
www.fromageriesa.ch



—
**DU SÉRAC POUR
 VALORISER
 LE PETIT-LAIT**
 —

Pour éviter toute perte, le reste du petit-lait nourrit les veaux. « Nous valorisons tout ce que nous pouvons ! » Même les invendus de lait pasteurisé servent à la fabrication des yoghourts, tandis que



—
**DES PÂTES
ARTISANALES
À LA LAITERIE**
—

Il travaille aussi à façon, livrant les pâtes en vrac chez les paysans. « Cela leur permet de proposer un produit supplémentaire en vente directe, sans avoir besoin de se former ou de s'équiper. » Les consommateurs retrouvent également les pâtes artisanales bio La Contadine dans des magasins en vrac et auprès de centrales d'achat villageoises.

« Vaud Terroirs »

L'ancienne laiterie du village de Champvent connaît une deuxième vie originale : servir de décor à la fabrication des pâtes artisanales La Contadine, à base de semoules et de farines bio locales. Cuisinier de profession, François Glauser s'est spécialisé dans cette production de niche, en collaboration avec son frère Matthieu et un réseau de paysans bio.

Seul le blé dur du domaine familial est moulu au Moulin du Rhône, à Naters, l'un des rares moulins suisses certifié

bio à prendre en charge cette variété. Les autres céréales, (épeautre, blé tendre, seigle et sarrasin) sont moulues chez les agriculteurs possédant un moulin à meule de granit.

« Contrairement aux moulins industriels, ces meules de granit moulent le grain en un seul passage, laissant une partie du son et du germe dans la farine. C'est ce qui explique que les pâtes artisanales soient un peu plus foncées et plus complètes », précise François.

La Contadine - La Ferme Glauser

Sur le Ville 3 - 1443 Champvent

François Glauser

www.lacontadine.ch

VAUD 
TERRE D'INSPIRATION



certainement à revaloriser les drêches en crackers ! Habituellement destinée à l'alimentation animale, cette orge concassée après soutirage du moût est riche en fibres. « C'est un produit très intéressant nutritionnellement parlant », met en avant David. Certifié marque Valais, il est garanti sans conservateur, exhausteur de goût ou « toute autre cochonnerie inutile et immorale », promet le site internet.

veront aussi les crackers dans des magasins de proximité, principalement en vrac, ainsi que des vinothèques. « Nous réutilisons les sacs de malt comme emballages pour la livraison, qui se fait en partie au gaz naturel et à vélo. » Parmi les autres initiatives durables de Malternative, citons la distillation des lies pour fabriquer du désinfectant ou l'utilisation de circuits d'eau fermés.

« Valais »

Malternative, l'une des rares brasseries certifiées Bourgeon Bio Suisse, propose des bières valaisannes à Martigny. Dans une philosophie ultra-locale et zéro déchets, David Crettenand et Romain Nanchen mettent en œuvre de nombreuses actions responsables. La plus surprenante consiste

Cet encas original se commande en ligne dans un emballage écoresponsable ; le sachet et l'étiquette sont industriellement compostables tandis que l'encre noire est composée de graphite. Les curieux trou-

—
**DES CRACKERS
ÉCORESPONSABLES**
—

Malternative

Rue du Levant 167 - 1920 Martigny

David Crettenand

076 697 45 46

www.crackers.bio

www.malternative.bio



Parlez- vous Chasselas ?

Vins
vaudois
L'EXCELLENCE DES TERROIRS



www.vins-vaudois.com

SANS HÉSITER | SWISS WINE
VAUD



A déguster avec modération

Suisse. Naturellement.

Le canton a été précurseur dans la promotion de son terroir viticole et gastronomique. Il multiplie les expériences et les destinations pour séduire des touristes toujours plus avides de découvrir de nouveaux produits. De la modestie naturelle du Vaudois à l'affirmation de ses valeurs, la démarche peut compter sur ses premiers succès et sur l'Unesco.

Vaud vend sa gourmandise

Texte, David Moginier – Photos, DR

« Y en a point comme nous. » L'expression vaudoise prend tout son sens pour attirer les visiteurs chez ses meilleurs producteurs. Parce que le canton a enfin pris conscience de la qualité de ses produits et les a fièrement exhibés parmi les atouts de sa destination.

« Le canton a été parmi les précurseurs suisses de cette prise de conscience », explique-t-on à l'Office du tourisme du canton de Vaud. L'élément déclencheur a peut-être été l'inscription de Lavaux au Patrimoine mondial de l'humanité de l'Unesco en 2007. Ensuite – c'est normal,

le Vaudois n'est pas réputé pour sa rapidité – il a fallu prendre conscience de cet atout exceptionnel.

Le projet Vaud Œnotourisme a été approuvé par le Grand Conseil en 2014, qui a libéré un crédit pour fédérer l'offre de l'hôtellerie/restauration, du tourisme, des vigneron, des producteurs de produits du terroir et de la culture dans un ensemble cohérent. Le label Vaud Œnotourisme a formé des acteurs et, aujourd'hui, plus d'une centaine de produits sont commercialisables, de la balade œnotouristique à la verrée vaudoise du château de Chillon.

L'entrée de Lausanne au sein des Great Wine Capitals a également permis à toute la région et à la Suisse entière de bénéficier d'une plate-forme internationale.

« Quand on parle d'œnotourisme, on entend tout ce qui tourne autour de la vigne. » Le canton de Vaud, champion du nombre d'étoiles Michelin par habitant, a aussi une belle carte à jouer entre des artisans de haut niveau et des cuisiniers d'une grande exigence.



4000 hectares de balades

Vaud est le deuxième canton viticole de Suisse, avec 4000 hectares cultivés. Huit balades œnotouristiques sont disponibles sur l'application Vaud:Guide pour sillonner les plus beaux paysages façonnés par

la main du vigneron. Autant d'occasions de découvrir des producteurs passionnés et de déguster leurs produits en s'annonçant à l'avance, qu'on soit au bord du lac Léman ou de celui de Neuchâtel ou de Morat. L'application gratuite propose également des jeux interactifs tout au long des sentiers.



Des caves à découvrir

Le terme de carnotzet est apparu pour la première fois à l'Exposition cantonale d'Yverdon, en 1894. Mais il a une longue histoire dans la convivialité autour d'un verre de vin, qu'on retrouve dans les nombreuses caves que comptent les six régions viticoles et les huit AOC vaudoises. De La Côte au Vully, du Chablais à Bonvillars, des Côtes-de-l'Orbe à Lavaux, les vignerons se sont alliés aux restaurateurs, aux hôteliers et aux artisans du terroir pour proposer une offre œnotouristique certifiée par un label.



Vivez des expériences uniques!

Le canton de Vaud ne manque pas d'expériences originales. Envie de suivre un atelier œno-ludique à Riex pour mieux apprendre à déguster? De partir avec un chocolatier sur les sentiers de Lavaux? De monter en train à crémaillère jusqu'aux Pléiades et d'y trouver un kit raclette à déguster en plein air lors de votre balade? De prendre le Lavaux Express ou le Petit train des vignes de Morges? De participer à la Fête des vendanges de Lutry? Plus de 100 propositions uniques sont à votre disposition.



Une source de gourmandises

1422 points au GaultMillau, 19 étoiles au « Michelin », le canton regorge de grandes tables et revendique sa place de capitale suisse de la gastronomie. Hors des guides, de nombreuses adresses cultivent cet art de vivre à la vaudoise, où on sait prendre son temps pour déguster en connaisseurs. La région compte des artisans passionnés, qu'ils produisent des fromages milénaires ou récoltent des jeunes truffes, qu'ils déclinent les huiles ou pêchent les délicats poissons des lacs.



Réservez en un clic!

Le site internet de l'Office du tourisme du canton de Vaud (www.region-du-leman.ch) propose toute une palette d'activités autour du goût qu'on peut réserver en un clic. De la visite des caves de la première AOC suisse, L'Etivaz, à une balade-dégustation dans les vignes du Chablais, de la visite d'une brasserie artisanale à une croisière devant Lavaux, de la découverte panoramique des filets de perche à un tour de ville culinaire à travers Lausanne, l'offre est vaste. Et elle n'est pas réservée aux touristes étrangers, les Vaudois peuvent aussi en profiter.



Le brunch dans un train rétro

Le Bière-Apples-Morges possède une rame rétro qu'elle engage sur la Voie des Sens, transformant le train en une aventure gourmande et nostalgique. Quelques dimanches par année, on peut y déguster un brunch préparé par l'excellente Auberge des 2 Sapins de Montricher, en regardant le paysage défiler à travers les fenêtres. Deux formules sont proposées aux adultes, et une aux enfants, entre Morges et L'Isle, préparées avec des produits du terroir local. (Départs à 10 h 30 les 6 et 27 septembre, et les 8 et 25 octobre. CHF 55.- à 75.-; Enfants: CHF 35.-)



Déguster comme à la Belle Epoque

Le train rétro du Bière-Apples-Morges sert aussi d'écrin à une dégustation œnologique avec son décor en bois verni. Embarquez à Morges pour un voyage en compagnie d'un vigneron et d'une œnologue qui vous feront découvrir en cette année anniversaire plusieurs déclinaisons du Servagnin. Cette variété six fois centenaire du pinot noir est une spécialité des Vins de Morges, élevée en barriques, que la vingtaine de convives appréciera en compagnie d'une planchette dînatoire. (Départ les 10 septembre et 22 octobre à 19h, CHF 75.-)

Quelques événements à venir



Une capitale gourmande

Chaque année, l'association Lausanne à table multiplie les événements gourmands dans la capitale vaudoise. Parmi le riche programme, un championnat du monde des malakoffs aura lieu le 12 novembre pour désigner le meilleur fromage frit. Trois propositions culturelles autour du porc animeront Malley les 3 et 4 octobre. Une fête de la choucroute mettra en valeur les produits lactofermentés dès le 21 octobre. L'octobre du livre gourmand alliera culture et nourriture. Au menu également: des ateliers pour enfants, des balades, des repas originaux. (www.lausanneatable.ch)



Une fondue à toute vapeur

La vallée de Joux a la chance de compter une équipe de passionnés qui, depuis trente-six ans, font revivre le train historique à vapeur sur la ligne Le Pont-Le Brassus. Avec ses locomotives de 1909 et 1915, son wagon-restaurant ou ses voitures à plates-formes ouvertes, la Compagnie du train à vapeur propose des voyages à thème. Comme ce train fondue qui permet de déguster la spécialité fromagère entre Le Pont et le Sentier (et retour) à bord. (Départ le 12 septembre à 18h 15, CHF 45.-, boissons en sus. Enfants: CHF 30.-)



Balade gourmande à Arnex-sur-Orbe

Les six vigneron et la cave coopérative d'Arnex-sur-Orbe organisent une balade gourmande dans leurs vignes des Côtes de l'Orbe, un itinéraire de 5 km. Au fil du parcours, les occasions de déguster les vins de la région sont multiples, mais les participants profitent également d'un vrai menu du terroir à mesure qu'ils avancent: apéritif, entrée, plat principal, fromages et desserts sont confectionnés par des artisans de la région. (20 sept., départ de 10 h à 13 h, CHF 67.-. Enfants: CHF 15.- de 5 à 9 ans, CHF 30.- de 10 à 15 ans)



Payerne fête son moût

La commune broyarde est une commune viticole puisqu'elle possède des vignes... à Lavaux, en particulier la tour Bertholod à Lutry et le château de Montagny à Aran. Chaque premier week-end d'octobre, on célèbre la tradition avec un convoi de 4 attelages tirés par des chevaux qui fait le trajet en deux jours pour amener le moût à la cave de la reine Berthe. Et le samedi 3 octobre, c'est la fête sur la place du Marché avec un marché d'automne de produits de terroir, des balades à dos d'âne et des ateliers. (Entrée libre)

Prendre le Train des Saveurs

Le Bière-Apples-Morges possède une rame historique avec un wagon-bar à deux essieux B31 datant de 1895 (année de la mise en fonction de la ligne). On y monte à Morges pour prendre l'apéro en appréciant la vue sur le Léman. À Apples,

changement de décor avec le wagon-restaurant de 1925 où Frédéric Simond, de l'Auberge Aux 2 Sapins de Montricher, propose sa cuisine autour de la chasse jusqu'à L'Isle. Plusieurs possibilités sont offertes pour le retour. (Départs le 26 septembre et le 31 octobre à 11 h 30. CHF 99.-. Enfants : CHF 55.-)

La chasse prend le train

L'équipe de passionnés qui entretient et fait vivre le train historique de la vallée de Joux propose de célébrer la saison de la chasse le 3 octobre, à midi. Dans sa composition du début du XX^e siècle, tiré par une locomotive à vapeur, on embarque dans le wagon-restaurant au Pont pour relier Le Sentier en une vingtaine de minutes. On reviendra plus tard. L'occasion de déguster une salade ou une terrine de chasse en entrée, puis un civet de chevreuil en plat principal. (CHF 60.-, boissons en sus. Enfants jusqu'à 12 ans : CHF 46.-)



Produits vaudois au resto

Mettre en valeur cinq produits du canton dans les restaurants vaudois, c'est le principe de Pintes ouvertes, une opération lancée par GastroVaud. Les 3, 4 et 5 décembre, une série d'adresses mettront ainsi à leur carte une fondue 100% composée uniquement de gruyère AOP, accompagnée de tranches de saucisson, de cornichons, d'un joli pain quadrillé et d'un verre de chasselas, tous issus du terroir local, pour la modeste somme de 20 francs seulement. Plus d'une centaine de restaurants jouent le jeu. (www.pintesouvertes.ch)



Quand Nyon fête la vigne

Les 2 et 3 octobre, la ville lémanique célèbre les vignes qui l'entourent, grâce à la Jeune Chambre économique. À travers la ville et sur la place du Château, c'est l'occasion de participer aux vendanges, de faire un rallye pédestre en suivant les différents postes, de déguster les vins des vignerons participants (CHF 15.-, le verre de dégustation) ou des produits de terroir, d'assister à une pressée de raisin à l'ancienne ou d'écouter les nombreux concerts. Nyon accueille la vigne de la Duché, propriété des 47 communes du district.

Déguster des truffes suisses

Bonvillars est devenue la capitale suisse de la truffe de Bourgogne. Le village viticole qui surplombe le lac de Neuchâtel y accueille, chaque dernier samedi d'octobre, le marché aux truffes. Au menu : démonstrations de cavage par les chiens truffiers, dégustations, expositions, conférences et vente de truffes et d'arbres mycorhizés. Parmi les attractions, la fondue au fromage enrichie de truffe fraîche est servie en calèche attelée. Sinon, les restaurateurs jouent le jeu et les vignerons font déguster. (31 octobre, de 9 h à 17 h)

Dans la vallée du Rhin, près de Lanquart (GR), l'entreprise Beiner SA cultive des fraises et des framboises en plein champ.

Fraises, framboises et melons mal aimés

Texte, Paul Imhof - Photos, DR

Dénombrer les sommets et les vallées des Grisons est un véritable casse-tête. Combien sont-ils? Cent? Plus? Avant de se perdre totalement dans ces méandres virevoltants, il faut se rendre à l'évidence: les Grisons sont un canton de montagne. Et qui pourrait bien avoir l'idée, avec une telle multiplicité d'obstacles alpins, d'y rechercher des terres propices à la culture de baies, vraies ou fausses?

«Au contraire!», s'exclame Gino Fernandes, responsable de la production des fraises et des framboises de l'entreprise Beiner SA à Landquart; d'après lui, qui œuvre ici depuis 26 ans, «nos sols, qu'ils soient sablonneux et légers, ou argileux et lourds, offrent des conditions idéales, sans parler du vent; peu importe de quel vent on parle, il assèche vite les plantes, ce qui empêche les champignons de les attaquer – c'est un énorme avantage.»

Voilà ce que Fritz Beiner a dû subodorer; ce paysan de Coire a pris à bail la ferme de Lanquart en 1954 pour y exploiter «ce qu'on avait l'habitude d'exploiter comme paysan: des terres agricoles, tout en élevant du bétail et en produisant du lait», raconte son petit-fils Patrick. Ce ne fut qu'une trentaine d'années après avoir

démarré que le grand-père commença à planter des fraisiers; leurs fruits étaient censés apporter un revenu annexe sans grosses dépenses, grâce à l'auto-cueillette. «À l'époque, il n'y avait qu'un hectare au maximum qui était consacré à la culture des fraises; actuellement nous en avons plus de 20», nous dit Patrick. Son père Jürg reprit la ferme en 1992; un an plus tard il abandonna l'élevage pour tout miser sur les fraises. En 1995, il planta également des framboisiers.

La saison des fraises s'étend maintenant du mois de mai jusqu'à la fin de l'été. Beiner AG gère cette longue période en cultivant quatre variétés: la plus précoce est la Flair, suivie par la Sonata en juin, l'Elegance de juin à fin juillet, et enfin l'Everest de juillet à fin août. Pour les framboises, on se contente de deux variétés: la Saphire en été et la Diamond Jubilee en automne. «C'est lorsque les conditions de culture, le rendement et le goût s'harmonisent parfaitement que nous atteignons les meilleurs résultats», déclare Patrick Beiner, résumant ainsi le secret de l'entreprise. «Nos baies sont dans les magasins le lendemain de la récolte. C'est là que se situe l'avantage de la production suisse, car il faut consommer ces fruits avec le maximum de fraîcheur.»



Alors, ces doutes quant à la possibilité de cultiver des baies dans la vallée du Rhin n'avaient pas lieu d'être? Patrick Beiner sourit: «Mon père s'était une fois mis en tête de semer des melons charentais. Le résultat fut épatant: les fruits étaient d'une belle couleur jaune, mûrs, bien sucrés et juteux... mais personne ne voulut les acheter. Des melons des Grisons? Ils ne pouvaient qu'être acides!»

www.beinerag.ch

www.swissfruit.ch – www.fructus.ch

Proposer des repas sains et équilibrés dans un environnement qui ne l'est pas toujours, mais aussi offrir des repères à des mangeurs contemporains déboussolés : le label est né de ces idées-clés...

La Fourchette verte a vingt-cinq ans et toutes ses dents

Texte, Véronique Zbinden – Photos, DR

Miser sur la pensée positive plutôt que la dissuasion et la peur. C'était l'état d'esprit à l'heure de lancer le label Fourchette verte, en 1993, à Genève. Une première inspiration venue du programme Green Fork et du Danemark, pays d'origine d'Anni Stroumza, alors directrice de la Santé publique : « Nous voulions une opération incitative, pour donner envie aux restaurateurs de miser sur une bonne hygiène alimentaire ».

L'idée est alors d'offrir des aliments équilibrés et des boissons sans alcool, dans un environnement sain, sans fumée. Une assiette idéale très verte, précisément, comportant 50% de légumes pour un tiers de féculents et le reste (un sixième) de protéines. Le label s'appuie sur les recommandations de la Société Suisse de Nutrition et sa pyramide alimentaire, en y ajoutant d'autres principes de base, tels un usage parcimonieux du sel et des graisses, qui doivent être de bonne qualité, etc. Sa création est officialisée par le Conseil d'Etat genevois en décembre 1993...

Vingt-cinq ans plus tard, la Suisse s'est largement convertie à l'idée, avec plus de 1600 lieux labellisés, toutes catégories d'établissements et toutes générations confondues.

Une success story vertueuse

Pour se replonger dans le contexte de l'époque, « on rappellera que la fumée n'était pas encore bannie des restaurants et lieux publics », note Stéphane Montangero, secrétaire général de l'Association durant onze ans, jusqu'en mars 2020.

Plus généralement, cette création intervient à un moment charnière, une ère de prise de conscience et de grands changements dans notre rapport à l'alimentation. Au lendemain d'une série de scandales dans l'industrie agro-alimentaire, les consommateurs sont plus que jamais en quête de repères. « Dès les années 90, la dimension traditionnelle revient en force et avec elle l'intérêt pour le terroir et les produits artisanaux qui y sont liés, relève ainsi Isabelle Raboud-Schuele. À l'heure de la globalisation et d'une concurrence mondiale, des producteurs se mobilisent pour faire valoir leurs produits, notamment par le biais des appellations d'origine », souligne l'ethnologue de l'alimentation.

La demande de traçabilité et de transparence est considérable. Anticipant plusieurs tendances de fond, Fourchette verte recommande de caler les menus sur les saisons, de privilégier les ingrédients

bios ou issus d'une production raisonnée et exige d'opérer un tri systématique des déchets organiques.

Deux ans après sa naissance à Genève, en 1995, quarante-deux établissements ont adopté son cahier des charges et d'autres cantons ont fait part de leur intérêt. Vaud et le Tessin seront les premiers à se rallier au mouvement de la Fourchette verte : une structure commune aux trois cantons est officialisée en 1999. Là-dessus, le label va se répandre à l'ouest du pays, à Fribourg, Neuchâtel puis en Valais, tout en peinant à franchir la frontière linguistique. Parfait bilingue, Stéphane Montangero est mandaté à cette fin en 2009 : « Entretemps, le label est élargi aux restaurants des collectivités, soit un public considérable. » Soleure et Berne seront les premiers cantons germanophones à s'associer à l'opération, en 2011.

Là-dessus, les responsables de l'association se sont attachés à toucher d'autres catégories, essentielles et porteuses d'avenir : « Le label Fourchette verte junior est officialisé en 2002. Et après les 4-15 ans, soit toutes les classes d'âge de l'enseignement obligatoire, le label entend aussi toucher les plus petits à travers la cuisine



—

LE LABEL S'APPUIE SUR LES RECOMMANDATIONS DE LA SOCIÉTÉ SUISSE DE NUTRITION EN Y AJOUTANT D'AUTRES PRINCIPES DE BASE.

—

proposée dans les crèches. « C'est l'époque déterminante des premiers apprentissages et des néophobies alimentaires ; l'idée est de contribuer à forger une bibliothèque de goûts tout au long de la croissance », note Stéphane Montangero.

L'offre est désormais structurelle et il ne reste qu'à l'étendre à une dernière tranche d'âge, celle des seniors. Aujourd'hui, après avoir essaimé dans toute la Suisse, Fourchette verte compte dix-huit associations cantonales : « Plus de 1600 structures sont labellisées au niveau national, de la crèche à l'EMS, de toute taille et tout type. S'y ajoute un projet pilote destiné à la livraison de repas à domicile : nous le testons actuellement dans quatre cantons ».

Autre étape décisive, Fourchette verte a fusionné avec Schnitz und Drunder, projet cousin né en Suisse alémanique, en 2016, débouchant avec le label Fourchette verte - Ama Terra (voir encadré) sur des exigences accrues en termes de durabilité.

Depuis ses débuts, Fourchette verte collabore avec la Semaine du Goût autour de leur mission pédagogique commune : « Nous proposons chaque année de nombreuses activités scolaires en lien avec



l'alimentation et la santé et éditons un kit d'activités pour les écoles ».

2019, année du jubilé officiel de Fourchette verte, a coïncidé avec la création d'un nouveau site web et d'une base de données commune à toutes les sections. L'événement a été marqué par une grande fête à Fribourg, avec la participation du Conseiller fédéral Alain Berset, de la Conseillère d'Etat Anne-Claude

Demierre, présidente de l'Association, et de Thomas Matig, directeur de Promotion Santé Suisse, fondation qui en est le principal bailleur de fonds.

www.fourchetteverte.ch

« Ama Terra » pour un label plus durable

La fusion avec Schnitz und Drunder a débouché sur de nouvelles exigences. 3 questions à Maya Mohler, l'une de ses conceptrices...



SDG Comment est né le programme Schnitz und Drunder, avec quels objectifs ?

MM L'Office de promotion de la santé du canton de Bâle-Campagne et le

Centre Ebenrain pour l'économie ménagère et la nutrition ont lancé Schnitz und Drunder en 2007 dans le cadre d'un programme cantonal de prévention de l'obésité. Suite à une évaluation menée dans une cinquantaine de crèches et lieux d'accueil scolaires, un groupe de réflexion a été mis sur pied avec un médecin spécialiste des enfants en surpoids, un psychologue et les responsables de services d'accueil parascolaires et de la petite enfance. L'idée était de s'adresser à la restauration collective, des tout petits à la fin de la scolarité obligatoire. En tant que spécialiste de la nutrition et enseignante, j'ai proposé un concept axé sur la pratique. Nous avons conseillé les premières crèches en 2008. D'autres cantons nous ont rejoints entre 2010 et 2013 : Lucerne, puis Thurgovie, Zoug, Saint-Gall, les Grisons et Bâle-Ville.

SDG Pourquoi fusionner vos deux labels pour créer Fourchette verte – Ama terra ?

MM La fusion fait suite à une décision de Promotion Santé Suisse. Les deux entités poursuivaient des objectifs similaires et leurs groupes cibles étaient identiques. Le processus d'intégration visant à un label national unique a duré de 2013 à 2015. Les critères de base d'une alimentation équilibrée ont été harmonisés ;

ceux plus contraignants de Schnitz und Drunder - en termes de durabilité et de pédagogie - ont été rendus visibles par l'ajout d'Ama terra au premier label.

SDG Où en est-on aujourd'hui ?

MM L'objectif était d'offrir des conseils pour accompagner les professionnels sur une base volontaire, discuter leurs choix et les optimiser. L'idée étant que les lieux d'accueil et cantines destinés aux plus jeunes soient exemplaires et proposent des repas équilibrés issus d'ingrédients locaux et de saison. Tous les cantons de Schnitz und Drunder sauf les Grisons sont désormais des sections de Fourchette verte. La sensibilité à une alimentation saine et durable s'est beaucoup accrue du côté des professionnels et des familles.

Et Fourchette verte – Ama terra est proposée pour l'ensemble des déclinaisons du label, des tout petits jusqu'aux seniors.

Qui seront les Top chefs de la « Fourchette gourmande » ?

UN CONCOURS POUR CÉLÉBRER LE BON, BON MARCHÉ, SAIN ET LOCAL MET AUX PRISES DES ÉQUIPES CONSTITUÉES DE TROIS GÉNÉRATIONS. FINALE PRÉVUE CET ÉTÉ...

Pour célébrer ses 15 ans, la section neuchâteloise de Fourchette verte avait invité des ados à devenir des « Top chefs » maîtrisant l'équilibre alimentaire : « Il s'agissait au départ d'équipes de deux ou trois jeunes passionnés de cuisine qui composaient et soumettaient à un jury leur menu idéal, qui devait être bon, attractif et équilibré », explique Stéphane Montangero. Le principe du concours a été repris, porté par les cantons romands et Fourchette verte, mais il s'agit cette fois d'équipes de trois personnes, issues de trois générations différentes. Et de créer une entrée, un plat, un dessert, le tout équilibré et goûteux, local et de saison, à petit prix (50 francs pour 4 personnes). Un sacré défi.

« A ce stade, seule la demi-finale vaudoise a eu lieu, en raison de l'épidémie, mais on espère que la suite du concours pourra se dérouler comme prévu... »

→ fourchette-gourmande.ch

À quelques encablures de la prestigieuse Ecole hôtelière de Lausanne, dans le hameau historique du quartier de l'Auberge du Chalet-à-Gobet, plusieurs start-up triées sur le volet planchent sur des concepts novateurs à même de révolutionner l'industrie du tourisme et de l'alimentation.

Le Village de l'innovation de l'EHL

—
UNE PÉPINIÈRE DE TALENTS
—

D'aucuns le qualifient de silicon valley de l'hospitalité. Le nouveau Village de l'Innovation de l'EHL a pris ses quartiers fin 2019 sur le site qui abrite l'ancienne ferme du Goutte-à-Goutte, l'Auberge du Chalet-à-Gobet ainsi que quelques autres bâtiments.

En 2009 déjà, l'Ecole a lancé un premier incubateur de concepts qui a séduit les étudiants, les anciens élèves et les partenaires de l'industrie. C'est donc en toute logique que l'EHL signe, en 2018, un accord avec la Ville de Lausanne pour développer un écosystème d'innovation à proximité du campus de l'EHL dans le hameau historique du quartier de l'Auberge du Chalet-à-Gobet, dont la Ville est propriétaire. Les missions de ce Village? Soutenir l'esprit d'entreprise, inspirer et perturber les industries alimentaire et hôtelière.

Au printemps 2020, 19 start-up ont déjà investi les lieux qui sont appelés à subir de gros travaux de rénovation et d'aménagement. « Toutes ont été soigneusement sélectionnées. Elles ont dû présenter leur projet à un jury composé de professeurs de l'EHL spécialisés en innovation et entrepreneuriat. Les domaines d'activités de ces jeunes pousses sont très variés », se réjouit Winnaretta Zina Singer, responsable du Village qui a fait ses études à l'EHL avant d'enchaîner par une carrière dans le Key Account Management, notamment à la vice-présidence de l'innovation de l'EPFL où elle gérait les partenariats avec les grandes entreprises de l'EPFL Innovation Park.

Nutrition, durabilité de l'alimentation, emballages écoresponsables, systèmes de réservation de prestations hôtelières, gestion de la communication digitale des hôtels et restaurants, création de nouveaux produits gourmets, suivi de la certification des produits alimentaires sont quelques-uns des domaines sur lesquels planchent les start-up hébergées au Village.

Le hameau va subir une mue ces deux prochaines années. L'auberge rénovée offrira un restaurant ouvert au public ainsi que douze chambres. Quatre seront modulables et une sera dédiée à des travaux de recherche. L'édifice sera flanqué d'un laboratoire de 400 m² destiné à la recherche en alimentation. Les anciennes écuries et la caserne pourront accueillir à terme quelque 200 entrepreneurs.

Les jeunes pousses sont soutenues financièrement par la la Fondation pour l'Innovation Technologique (FIT) Digital et l'EHL Innovation Foundation.

Une ruche vivante

Le Village de l'innovation est un véritable vivier pour les entrepreneurs qui ont accès à des ressources et conseils. Quant aux étudiants de l'EHL, ils peuvent y effectuer un stage, soit aux manettes de leur propre entreprise au cours du sixième semestre du Bachelor of Science, soit en intégrant l'équipe d'une start-up du Village.

Les entreprises extérieures partenaires y trouvent également leur compte. En devenant sponsors, elles bénéficient d'une

belle visibilité. Elles peuvent tester des concepts innovants à l'Auberge ou au Food Lab, effectuer des recherches sur des sujets liés à l'alimentation ou à l'accueil et avoir accès à l'expertise internationale du corps professoral et des étudiants de l'EHL.

Last but not least, le Village est l'endroit idéal pour recruter les meilleurs talents et collaborer à des projets de recherche.

—
AU PRINTEMPS 2020,
19 START-UP
ONT DÉJÀ INVESTI
LES LIEUX QUI
SONT APPELÉS À SUBIR
DE GROS TRAVAUX
DE RÉNOVATION
ET D'AMÉNAGEMENT.
—



Gérez votre futur établissement d'une main de maître.

Que votre rêve soit d'ouvrir votre propre restaurant ou de démarrer une startup dans le domaine de la restauration, le programme «Culinary & Restaurant Management Certificate» vous donnera les compétences et relations dont vous avez besoin. Votre projet entrepreneurial prendra forme grâce aux modules de management (finance, marketing, business plan...) et à nos outils développés pour aider les entrepreneurs à concrétiser leurs projets. Bénéficiez de l'enseignement de chefs mondialement reconnus et d'experts chevronnés avec une expérience internationale.

- **Certificats:** certificat Culinary & Restaurant Management de l'EHL, certificat de formation à l'HACCP et à la sécurité alimentaire pour le secteur de la restauration, certificat de cuisine sous-vide (en collaboration avec le CREA)
- **Durée:** 5 mois, programme à temps plein
- **Lieu:** Lausanne, Suisse
- **Inclus:** 25 masterclasses animées par nos experts, + de 680 heures d'instruction, des cours en ligne et un stage en option
- **Rejoignez le réseau** de diplômés le plus dynamique du secteur (25'000 diplômés répartis dans plus de 100 pays)



EHL is the n°1 hospitality management school worldwide
"QS World University Rankings"
"CEO World Magazine"
2019 & 2020

Des start-up tournées vers le futur

One StepUp

EMBALLAGES ÉCORESPONSABLES

Les montagnes de plastiques qui polluent les océans n'échappent plus à personne grâce notamment aux campagnes de Greenpeace. Consciente de l'impérative nécessité d'opérer une mutation en matière de durabilité dans le domaine des emballages, la toute jeune start-up One StepUp s'est mise en quête de matériaux plus écoresponsables. Ceux qu'elle propose sont tout aussi transparents.

Elaborés à partir de matière végétale, ils présentent l'avantage d'être compostables dans un simple compost de jardin ou de cuisine. Ces emballages ne sont pas produits sur le campus. « Grâce à des recherches approfondies auprès de fournisseurs européens, nous disposons aujourd'hui d'un vaste réseau de partenariats. Leurs produits sont certifiés par le label allemand TÜV, un gage quant à leur décomposition. Nous proposons un service d'audit destiné

à tout type de société et notamment à celles qui sont actives dans le secteur alimentaire et à la recherche d'alternatives pour le conditionnement de leurs marchandises plutôt en sec et aussi parfois en frais », commentent Jeanne-Marie Guerlais et Chanelle Youssefi, co-fondatrices de One StepUp.

Les matières servant à fabriquer ces bioplastiques sont soigneusement choisies afin de ne pas nuire aux écosystèmes. Exemple : pour la création de nouveaux gobelets à café compostables, la jeune entreprise s'attèle à travailler avec du papier certifié PEFC, home compostable et sans PE. Si ces emballages sont encore très chers à produire, One StepUp compte sur l'intérêt de la grande distribution dont le volume de commandes permet de réaliser des économies d'échelle.

Mixfit

LA SANTÉ PAR LE NUMÉRIQUE

Mixfit conçoit des expériences nutritionnelles pour encourager des changements durables et positifs dans les comportements de santé.

Pour les fondateurs de Mixfit, le chemin vers une vie meilleure, plus saine et plus longue, commence par la nutrition. Ils s'appuient sur la science de la nutrition, l'intelligence artificielle de pointe et les technologies de santé numérique pour développer leur plateforme de données sur la santé et leur offre intelligente de livraisons de nutriments de qualité afin de fournir aux consommateurs des boissons nutritionnelles personnalisées et de leur donner des informations sur le bien-être en fonction de leurs données de santé.

OriginFood

LA TRAÇABILITÉ PAR LA TECHNOLOGIE

OriginFood offre à l'industrie agroalimentaire des solutions modulaires abordables de traçabilité adaptées aux besoins des producteurs ruraux, des fabricants industriels et des distributeurs logistiques commerciaux, d'origine à destination.

Ces solutions sur mesure emploient les atouts de la blockchain (immutabilité, sécurité, transparence et consensus) et exploitent les technologies numériques de pointe connectées à sa passerelle sécurisée Mercure*.

Fondée en 2018, OriginFood (www.originfood.io) met à disposition son expertise opérationnelle, informatique et commerciale afin d'améliorer l'efficacité, la fiabilité et la validation partagée des transactions-clés de chaînes d'approvisionnement.

Beelong

RÉDUIRE L'IMPACT ENVIRONNEMENTAL

C'est l'histoire d'une success story dont nous avons conté la genèse dans ce même magazine en 2014. Beelong est un indicateur permettant d'évaluer l'impact environnemental d'un aliment, d'un plat, ou de l'ensemble des achats alimentaires d'un restaurant. Il a pour but d'aider l'industrie de la restauration à évoluer vers des pratiques plus écoresponsables.

Installées désormais au cœur même du Village de l'innovation de l'EHL, les équipes de Beelong y voient l'opportunité de grandir et de se développer.

Basé sur 5 groupes de critères, l'indicateur scrute la provenance des aliments, leur mode de production, leur saisonnalité,

leur degré de transformation ainsi que leurs émissions de CO₂. Beelong facilite l'état des lieux des pratiques d'achat à un instant T via l'analyse des bulletins de livraison, élabore des pistes d'amélioration et communique enfin les bonnes pratiques aux consommateurs finaux par le biais d'une note.

Hormis les restaurateurs indépendants ou de collectivités, bon nombre de fournisseurs de la gastronomie collaborent aujourd'hui avec Beelong. Ces derniers peuvent offrir aux acheteurs de données une information environnementale en toute transparence.



La relance des vins suisses passe par la table

En plus de son budget ordinaire, Swiss Wine Promotion (SWP) propose un programme national de relance des vins suisses, soutenu par Berne. Près d'un million de francs sera levé cette année, cofinancé par les partenaires des actions ciblées (à 60%) et l'Office fédéral de l'agriculture (à 40%). But des opérations: mieux baliser l'accès aux vins suisses en grandes surfaces et dans les établissements de la gastronomie et de l'hôtellerie.

Avec la Semaine du Goût, la promotion a déjà développé le concept de Swiss Wine Gourmet, auquel plus de 1500 hôtels, restaurants et bars ont adhéré. Un vaste programme pour que tout un chacun choisisse « sa » bouteille de « vin suisse, sans hésiter » – le slogan incitatif de Swiss Wine Promotion. Et désormais, les flacons de vins suisses devraient arborer un logo clair et reconnaissable.

Texte, Pierre Thomas – Photos, DR

Comment repérer un vin suisse sur le linéaire d'un supermarché? Les principales chaînes du pays (Coop et Denner, mais aussi Lidl, Spar – Top CC) se sont engagées à étendre leur gamme de vins suisses, à mieux les baliser et à encourager à se rencontrer entre consommateurs et producteurs.

Mais les vignerons peuvent aussi faire un effort pour mieux signaler leurs vins. Les Autrichiens, dont le drapeau possède les mêmes couleurs que le suisse – et ça tombe bien, c'est le rouge et le blanc! –, l'utilisent depuis trente ans pour habiller la capsule de leurs flacons. En 2014 déjà, les Suisses avaient chargé l'agence zurichoise Winkreative, du « designer » Tyler Brûlé, de créer un « logo » facilement identifiable. Il avait proposé un carré strié de traits rouges sur fond blanc. Cette image stylisée de parchets viticoles est partagée en six, soit les régions de production réparties sur tout le territoire suisse: Genève, Vaud, Valais, la région des Trois-Lacs, le Tessin et la Suisse alémanique.

Utilisé pour la communication, jusqu'ici, le symbole n'était guère répandu sur les étiquettes. Nouveau directeur de SWP, le Vaudois Nicolas Joss incite désormais les producteurs à utiliser ce logo sur les bouteilles. Cela peut être sur la coiffe du goulot ou de la capsule à vis, sur les côtés du bouchon, sur l'étiquette, sur la contre-étiquette, mais aussi sur les cartons de livraison. Le logo est mis gratuitement à disposition des vignerons.

Une charte graphique a été édictée pour cadrer cet usage.

Signaler les crus suisses sur les cartes

Le même logo assorti de la région de production peut baliser les cartes des vins. C'est une des mesures préconisées dans les restaurants par Swiss Wine Promotion. La campagne de communication vise à rapprocher les distributeurs et les hôteliers, restaurateurs et cafetiers. Enfin, il s'agit « de valoriser les

Toutefois, explique Nicolas Joss, ces symboles d'un à trois ne sont pas une hiérarchie. Chaque année, sur la base de l'examen de la carte des vins des établissements, envoyées à un comité ad hoc de Swiss Wine, les adresses sont ventilées selon la richesse de l'offre en vins suisses. Ainsi, un restaurateur de La Côte vaudoise qui met l'accent sur des vins de sa région, même s'il en propose vingt, n'aura qu'un verre. Si une pizzeria propose des vins de deux régions au moins – typiquement, Valais et Vaud, soit 60% de la surface viticole suisse –, elle arborera deux verres. Et les trois verres? Ils sont réservés aux établissements qui offrent un choix de vins des six régions. Chaque année, le comité de sélection distingue 15 adresses remarquables pour l'ensemble de la Suisse (ci-après le portrait de trois adresses désignées en 2019). Chaque établissement primé reçoit un chèque de plusieurs centaines de francs à faire valoir chez un vigneron de son choix et ce dernier sera remboursé par Swiss Wine Promotion. Une manière directe de populariser les vins suisses, pour coller à un autre slogan: « Ce qui nous ressemble nous rassemble ».

— CE QUI NOUS RESSEMBLE NOUS RASSEMBLE. —

établissements qui vendent déjà des vins suisses», explique Nicolas Joss, et qui n'ont pas démerité! Swiss Wine Gourmet s'affiche sur un site Internet dédié. Gourmet.swisswine.ch dresse le portrait de héros des vins suisses dans la gastro- et la bistronomie et liste les établissements, classés par nombre de verres, d'un à trois. MySwitzerland.com, la base de données de Suisse Tourisme sur la toile, mentionne, à l'instar des cotes des guides GaultMillau et Michelin, ce symbole du ou des verres, avec un renvoi sur gourmet.swisswine.ch.

www.swisswine.ch



APERO mit Schweizer Wein, Berne

Le titre ne laisse aucune ambiguïté. Ici, on ne boit que la sélection des vins suisses d'une jeune enthousiaste, Sara de Giorgi, 31 ans. Dans le quartier de la Langgasse, derrière la gare, elle « squatte » un café connu la journée pour ses gâteaux pour proposer trois soirs par semaine, mercredi, jeudi et vendredi, de 17 h à 23 h, « ses » vins avec des « tapas » (elle a obtenu les 3 verres du label). L'adresse a un peu plus d'un an. «Après avoir travaillé dans un domaine viticole en Argovie, j'ai eu une véritable fascination pour la diversité des vins suisses et le souhait de la raconter. À chaque client, je propose de déguster mes vins ouverts, jusqu'à ce qu'il soit convaincu. Il y a un vin suisse pour chaque goût!». Spécialiste en marketing, plurilingue, elle partage son temps entre son bar à vins, des cours et des dégustations et un mandat chez un marchand de vin de Berne.

www.mit-schweizer-wein.ch



La Désobéissance, Neuchâtel

Désormais, le restaurant des Juillerat (12 au GaultMillau), frère et sœur, n'est ouvert que le soir, avec un service à la carte. Vincent est en cuisine, tandis que Caroline est au service. Un duo qui se complète bien et laisse à la jeune femme le soin de choisir et de ne servir que des vins suisses (3 verres au label). «C'est une démarche et ça nécessite une explication, mais les clients sont très ouverts. En onze ans, on est allé chercher des perles aux quatre coins de la Suisse. Si une tablée veut une association mets et vins, on peut la proposer!» Chaque année, en mars, le restaurant propose son « festin neuchâtelois », en accord avec les vins d'un seul vigneron local. Et, les Juillerat ont ouvert en annexe un bar à vins, La Boissonnerie, qui sert « des vins de tous bords, et même naturels! », rigole Caroline. Ici, pas de tabou: le bar désobéit à la règle du vin suisse.

www.desobeissance.ch



Restaurant Castelgrande, Bellinzone

« Un vaste choix de crus tessinois à des prix « fair » (équitables) », souligne le guide GaultMillau. Il vient d'attribuer 14/20 à la table du plus impressionnant des trois châteaux du chef-lieu du Tessin, au patrimoine mondial de l'UNESCO depuis juste vingt ans. Et le restaurant, grâce à sa terrasse panoramique, permet d'en jouir pleinement... Membre de l'« équipe nationale suisse de cuisine », 7^e aux Olympiades (mondiales) de Stuttgart en février dernier, le chef Teo Chiaravallotti a rejoint les cuisines il y a deux ans. Sous son impulsion, Castelgrande a pris du galon. Sa cave est la seule mention tessinoise au Gourmet Swiss Wine l'an passé, avec un verre (riche sélection d'une région). Pour qui voudrait boire un verre, le grotto San Michele est ouvert tous les jours en été. La carte des 90 vins de 74 propriétaires tessinois y est identique à celle du restaurant, avec un choix de 3 vins blancs et 3 vins rouges locaux ouverts, en plus du mousseux exclusivement tessinois, lui aussi.

www.castelgrande.ch

Le lait est issu de la vache ; pour ceux qui l'ont oublié ou l'ignorent carrément, il est grand temps de partir en vacances à la ferme.

Agritourisme

AU-DELÀ DE LA CHAMBRE D'HÔTEL

Texte, Paul Imhof, – Photos, DR

Si l'on a pu craindre que nos chères têtes blondes grandissent en croyant que le lait pousse dans les bouteilles en plastique, ce danger ne s'est pas encore répandu aussi largement que ce qu'on a imaginé depuis quelques décennies – danger qui a bien plus de chances d'être écarté quand un enfant a eu la possibilité de passer ses vacances d'été chez ses oncles, tantes et cousines à la campagne, par rapport à tous ses camarades d'école qui n'ont aucune idée de la manière dont une vache est menée au taureau.

Nous nous éloignons progressivement de la vie simple, mais sans doute pas aussi rapidement que certains ont bien voulu le dire. Le réchauffement climatique devrait nous remettre dans le droit chemin, mais ce changement concerne aussi bien les paysans que les plus pâles employés de bureau. Ceux qui ont leur mot à dire sur ce qui se passe dans l'agriculture quand l'eau vient à manquer, lorsque la température grimpe ou les conditions météorologiques changent brutalement, profitent mieux de la vie ; et c'est à cela que sont utiles quelques semaines dans une ferme, ou même un véritable stage, mais pas forcément.

Depuis 2010, l'organisation faîtière Agritourisme Suisse présente sur Internet



un éventail de « vacances à la ferme » si étendu qu'il est difficile de faire son choix. Il n'a jamais été aussi simple de trouver un endroit où se reposer, goûter à la vie à la campagne et vraisemblablement y apprendre quelque chose.

Faire les foins au lieu de cliquer

Il y a plus de 250 occasions de ce genre à saisir sur la page d'accueil de myfarm.

ch, de la fabrication de balais en paille de riz à des gîtes ruraux en passant par des restaurants traditionnels ou des zoos d'animaux domestiques. Le travail manuel à la ferme a au moins un mérite : au bout de quelques jours, votre façon de percevoir le monde à travers un écran d'ordinateur, que vous aviez dans votre vie professionnelle, vous la déposez sur le tas de fumier des routines passagères. Faire les foins au lieu de cliquer, nourrir les bêtes au lieu de manger sur le pouce, dormir sur une botte de paille plutôt que s'avachir sur des coussins d'hôtel.

En Suisse orientale, où la région de villégiature appelée « Heidiland » sera au centre de toutes les attentions pendant la Semaine du Goût 2020, de multiples possibilités s'offrent à vous. À toutes sortes d'activités plaisantes s'ajoutent les découvertes culinaires, notamment les spécialités inscrites au registre du patrimoine culinaire national.

www.mymfarm.ch

www.patrimoineculinaire.ch

Migusto

LA CUISINE CRÉATIVE À LA PORTÉE DE TOUS.



**Magazine
gratuit
pour les
membres.**

Vous trouverez cette recette et bien d'autres sur migusto.ch.
Encore plus d'inspiration et d'avantages? En adhérant sans frais,
vous recevrez le magazine Migusto gratuitement, par la poste,
10 fois par an!

MIGROS
M comme Meilleur.



Une recette de Jüdiith Gmür Stalder, CI Epeautre

Gratin de pâtes PurEpeautre

Recette

Facile

Pour

4 personnes

Préparation

Env. 30 minutes

Cuisson

Env. 40 minutes

Pâtes

250 g de pâtes PurEpeautre,
par ex. des tagliatelles aux herbes

Eau salée

2 c. à s. de beurre

1 oignon finement haché

1 gousse d'ail pressée

800 g de légumes-racines
(par ex. des carottes jaunes, des carottes,
des pâtissons, des betteraves et/ou des
salsifis, pelés et coupés en morceaux)

1 dl de bouillon de légumes

2-3 baies de genièvre, finement
hachées, selon envie

Sel, poivre

Liaison

4 œufs

2,5 dl de demi-crème

1 dl de jus de carotte, en bouteille

1 c. à c. de sel

Une pincée de noix de muscade

Poivre du moulin

50 g de Gruyère râpé

1

Cuire les pâtes dans l'eau salée al dente, égoutter, rincer à l'eau froide et laisser égoutter. Au lieu des pâtes fraîches vous pouvez utiliser des restes. Beurrer le moule avec un peu de beurre. Faire chauffer le reste du beurre. Faire revenir l'oignon et l'ail, ajouter les légumes, étuver et verser le bouillon. Couvrir et cuire à point, assaisonner. Mélanger les légumes avec les pâtes et répartir dans le moule beurré.

2

Pour la liaison, mélanger les œufs avec le jus de carotte et assaisonner. Verser sur le mélange de pâtes et de légumes. Saupoudrer de fromage.

Gratiner

Gratiner le plat au milieu du four préchauffé pendant 40-45 minutes.

Suggestion

Selon envie, remplacer les légumes-racines par des légumes de saison.

Utiliser le reste du jus de carotte de la bouteille pour un apéro. Mélanger 4 dl de jus de carotte avec 2 dl de jus de pomme, ajouter de la cannelle, du poivre, de l'huile d'olive et remuer. Verser sur les glaçons et servir frais. Vous pouvez aussi préparer une pâte à pain avec le reste du jus de carotte. Remplacer l'eau par le jus de carotte. Selon envie, ajouter des carottes râpées et des noisettes hachées à la pâte.

Plus de recettes PurEpeautre sur
www.purepeautre.ch

Qui fait en sorte qu'on trouve en permanence de la viande suisse sur les étals et qu'elle soit toujours de bonne qualité? Qui représente les intérêts des consommateurs de viande ou s'engage pour le bien-être animal? Et qui se cache derrière la nouvelle campagne publicitaire « La différence est là »?

Proviande

DE LA VIANDE SUISSE, SINON RIEN!

Texte, Marie-Isabelle Bill – Photos, Proviande

50 kg de viande par an et par habitant! 94% des consommateurs suisses apprécient la viande et les produits carnés, et deux sur trois privilégient les produits suisses. Interprofession de la filière viande et maillon essentiel entre les associations et les entreprises de l'industrie carnée suisse, Proviande s'investit pour la commercialisation et la consommation de viande et de produits carnés issus d'une agriculture durable, d'animaux élevés avec respect et dont la viande est transformée en toute sécurité. Par exemple, en établissant une classification objective de la qualité des animaux vivants et des carcasses, ou en contrôlant l'origine de la viande par test ADN. Proviande est aussi responsable de la marque « Viande Suisse », sur le territoire helvétique comme à l'étranger; elle met en œuvre les dispositions relatives à la marque d'origine « Suisse Garantie » dans la réglementation de l'industrie carnée, remplissant ainsi les mandats de prestations de la Confédération.

« Food Waste » et « Nose to Tail »

Il faut souligner que Proviande ne s'engage pas à faire consommer davantage de viande, mais à ce que le pourcentage de viande suisse dans la consommation globale de la population reste stable. Dans cette optique, la diminution du gaspillage de produits alimentaires a toute son importance. Actuellement, environ deux millions de tonnes, soit un tiers des aliments consommables, sont perdues chaque année en Suisse. Pour ce qui est de la viande et de ses dérivés, les pertes s'élèvent à 18 %, raison pour laquelle « Viande Suisse » encourage les consommateurs à en faire un meilleur usage – par exemple en faisant la promotion de morceaux plus avantageux comme les abats ou ce qu'on appelle les « Second Cuts » (jarrets et ragoûts, notamment). Avec le soutien de ces ambassadeurs que sont les bouchers, les cuisiniers et les producteurs, on démontre que ces « secondes découpes » sont d'excellente

qualité, qu'elles constituent une alternative intéressante aux morceaux plus courants et présentent des avantages aussi bien écologiques qu'économiques. En cuisinant du museau à la queue (« Nose to Tail »), on évite à des pièces en réalité nobles de finir à la poubelle tout en faisant des économies, étant donné qu'elles sont nettement moins coûteuses que du filet, par exemple. Autre argument de poids: consommer de tels morceaux de viande témoigne du respect qu'on a pour l'animal dont ils proviennent.

www.viandesuisse.ch



David Steier

«Boucher est le plus beau métier du monde. La boucherie traditionnelle et le respect de la nature ne sont pas du tout contradictoires.» David Steier, 30 ans, se consacre corps et âme à sa profession; il défend les valeurs chères à «Viande Suisse» que sont les plus hautes exigences de qualité et la durabilité.

En fait, David a d'abord appris le métier de cuisinier; mais après avoir passé une année en Suisse romande et terminé son apprentissage, il décide de suivre une autre formation pour devenir boucher. Il reprend une exploitation familiale qui existe depuis quatre-vingts ans en 2018 et est depuis lors entrepreneur.

Comme son arrière-grand-père le faisait déjà, il se rend régulièrement au marché aux bestiaux de Cazis, dans les Grisons, pour y choisir les animaux qu'il mène le jour même à son propre abattoir. «Pour

estimer la qualité de la viande, la meilleure chose à faire est d'examiner les animaux quand ils sont en vie, car seule une bonne couche de graisse empêchera la viande de se dessécher – David laisse les quartiers arrières mûrir pendant cinq à six semaines. «Dry aged, dit-il d'un air amusé, c'est la maturation de la viande comme la pratiquait déjà mon arrière-grand-père, sans chambre froide!» Il est fier du vaste choix de spécialités qu'il propose, ainsi que des morceaux moins nobles qui apportent du neuf dans les assiettes. Les clients qu'il a su convaincre reviennent chez lui, contribuant à faire apprécier les animaux littéralement du museau à la queue, le véritable «Nose to Tail», ce qui est une belle preuve de respect.

www.metzgerei-peduzzi.ch

—
UNE CHOSE M'ÉTONNERA
TOUJOURS: IL Y A DES GENS
QUI, POUR LEUR VOITURE,
N'UTILISENT QUE L'HUILE
MOTEUR LA PLUS CHÈRE,
MAIS POUR LEUR ALIMENTATION
PERSONNELLE, RIEN N'EST
SUFFISAMMENT BON MARCHÉ!
—



Mirko Buri

En prenant place à une table du restaurant Mein Küchenchef (Mon chef) à Köniz, tout près de Berne, on sait qu'on va savourer des légumes quasiment introuvables dans le commerce, et de la viande que la plupart des gens ne savent pas cuisiner. À 37 ans, Mirko Buri exploite avec succès le premier établissement «Foodwaste» de Suisse.

Sa carte est majoritairement végétarienne, mais «naturellement nous servons aussi de la viande – de la viande suisse», nous

dit Mirko, un sourire radieux aux lèvres. «Nous misons sur la viande de notre pays, car elle est d'une qualité supérieure à tous égards, et nous nous efforçons d'acheter des bêtes entières afin de pouvoir travailler tous les morceaux, y compris les moins nobles.» Il fait notamment référence aux spareribs fumées, qu'il fait cuire 30 heures sous vide! 80 % des produits de son restaurant, dans lequel se trouve aussi un magasin, proviennent des excédents de 40 fermes, uniquement des aliments irréprochables.

Cuisinier gastronomique expérimenté, Mirko Buri a ouvert son propre restaurant en 2014; il a prescrit 42 mesures contre le gaspillage alimentaire, qu'il applique également en privé: «Depuis lors, les dépenses de notre ménage se sont réduites de moitié!»

www.mein-kuechenchef.ch

—
LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE
EST UN PROBLÈME PROPRE
AUX PAYS RICHES.
NOUS NOUS PORTONS
TOUT SIMPLEMENT TROP BIEN.
—



Une recette de Proviande

Ragoût de porc cuit dans la choucroute

Recette

Facile

Pour

4 personnes

Durée totale

1h25 min

Temps actif

15 min

Valeurs nutritives

1 portion

(pommes de terre bouillies) contient env. :

500 kcal

44 g de protéines

6 g de glucides

32 g de lipides

sans gluten

contient du lactose

Cette potée met du baume au cœur. La viande de porc et la crème acidulée adoucissent la choucroute et le mijotage rend ce ragoût délicieusement tendre. Tu quitteras la table rassasié(e) et de bonne humeur – c'est promis!

Ingrédients

800 g de ragoût de porc suisse

2 oignons

2 c. à s. huile de tournesol HO ou huile de colza HOLL*

Sel

Poivre du moulin

1 feuille de laurier

10 baies de genièvre

1 c. à c. de paprika en poudre doux

500 g de choucroute (précuite)

2 dl de vin blanc sec

3 dl de bouillon de légumes

1,8 dl de crème acidulée

Sucre

* huile de tournesol HO ou huile de colza HOLL

Ces deux huiles proviennent de plantes cultivées spécialement à cette fin, qui contiennent une grande quantité d'acide oléique, mais peu d'acide linoléique sensible à la température. HOLL signifie « High Oleic/ Low Linolenic », et HO est l'abréviation de « High Oleic ». Les deux huiles ont un goût presque neutre, elles résistent à la chaleur et conviennent très bien au rôtissage.

Préparation

1

Peler les oignons et les couper en fines lamelles. Dans une grande poêle, faire chauffer l'huile, y déposer la viande et les oignons, saisir légèrement de tous côtés, saler et poivrer. Ajouter la feuille de laurier, le genièvre et le paprika, et faire revenir quelques instants. Ajouter la choucroute, déglacer avec le vin blanc et le bouillon, couvrir et faire braiser environ 60-70 minutes en remuant de temps en temps. Ajouter éventuellement encore un peu de bouillon.

2

Lorsque la viande est tendre, mélanger la crème acidulée jusqu'à obtenir une texture lisse et l'incorporer au ragoût. Mélanger, saler et poivrer à nouveau, puis ajouter une pincée de sucre.

3

Servir avec des pommes de terre bouillies.

Conseil

Les pommes de terre en accompagnement peuvent être cuites directement avec le ragoût.

A photograph of a salt mine tunnel. The tunnel is dimly lit with warm, yellowish lights. The walls are made of rough, layered rock. Several thick wooden pillars support the ceiling. In the foreground, there are metal tracks on the floor. A person is visible in the background on the left, looking towards the right. The overall atmosphere is dark and industrial.

Mines de Sel de Bex

—
LA VIE AU CŒUR DE
LA MONTAGNE
—

Evoquer les Mines de Sel de Bex, c'est se réjouir des excursions sous terre avec le train des mineurs et participer aux différentes activités agendées tout au long de l'année, telles que les Trekkmines pour les sportifs. C'est aussi assister à la production de Fleur des Alpes que l'on peut visualiser au travers d'une vitre. Pourtant, ce n'est là qu'une infime partie de la vie qui se déroule au cœur de la montagne salée. Sylvain Nicollier nous raconte son quotidien de mineur dans la dernière mine de Suisse encore en activité. Interview.



SdG **Qu'est-ce qui vous a motivé à choisir le métier de mineur ?**

SN J'y suis venu par hasard et j'ai appris le métier sur le tas. J'ai tout d'abord suivi une formation de polymécanicien. Lorsque j'ai appris qu'ils cherchaient un mécano à la mine en 1999, j'ai postulé. Pas mal de membres de ma famille ont travaillé ici par le passé. Je suis heureux de poursuivre cette tradition. J'ai le sentiment de faire partie de la grande histoire de Bex qui a débuté au 16^e siècle.

SdG **Comment se déroulent vos journées ?**

SN Nous travaillons de 6h du matin à 15h. Ce qui nous laisse le droit au soleil ou à la lumière du jour, et nous permet de profiter de notre famille.

SdG **Combien de mineurs travaillent au quotidien à Bex et quelles sont leurs principales tâches ?**

SN J'ai deux mineurs sous ma responsabilité. Les tâches à accomplir sont très variées. Cela va du forage de la roche à des travaux de peinture, en passant par la mécanique et l'entretien des infrastructures, sans oublier la sécurisation des parois.

SdG **Comment se déroulent les forages et l'extraction du sel ?**

SN Un géologue nous aide à trouver les gisements dans les quatre salles

de forage en exploitation. Nous procédons par carottage jusqu'à 800 m de profondeur. Le géologue nous indique où se trouve le filon à exploiter.

Nous insérons ensuite un double tube métallique perforé dans la roche où se trouve le sel. Nous injectons de l'eau sous pression qui va dissoudre le roc salé. Cette saumure très concentrée est aspirée par le tube intérieur. Elle est ensuite acheminée par des canalisations jusqu'à la Saline de Bévieux. Nous extrayons 30'000 tonnes de sel chaque année. Les trois quarts sont transformés en sel à dégeler pour les routes, 14% en sel industriel, 3.3% en sel agricole et 3.6% en sel alimentaire.

SdG **Un ouvrage édité en 2007**

retrace le quotidien des mineurs à Bex au 19^e avec son lot d'accidents. Les conditions de travail ont-elles changé ?

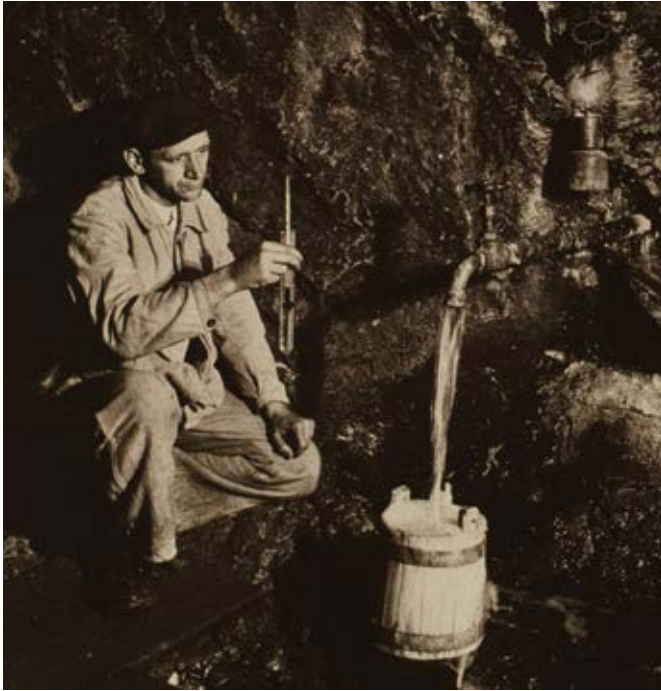
SN Travailler au cœur de la roche est une activité qui peut présenter des dangers, mais depuis mes débuts à la mine je n'ai jamais vécu d'accidents ou de coup de grisou. La mine a été modernisée et informatisée. Dix-sept détecteurs nous renseignent en permanence sur les taux de méthane, d'oxygène et d'hydrogène sulfureux. Chaque mineur est également équipé d'un détecteur portable. La sécurité est très développée et nous bénéficions tous d'équipements de protection individuelle. Les géologues nous

—
**J'AI LE SENTIMENT
DE FAIRE PARTIE
DE LA GRANDE
HISTOIRE DE BEX
QUI A DÉBUTÉ
AU 16^E SIÈCLE.**
—

aident à planifier les campagnes de purgée lorsqu'il y a des risques d'instabilité.

SdG **Comment voyez-vous l'avenir de la mine ?**

SN Lorsque j'ai commencé, on parlait d'exploiter 200 ans encore. La concession a été renouvelée pour 50 ans. Du sel, il y en aura toujours. Il est vrai que le prix de revient de l'exploitation à Bex est élevé en raison de la configuration des lieux. Mais le sel de Bex est unique. Il a une histoire qu'il faut préserver.



L'intérieur des Mines autrefois. DR



Plonger dans l'histoire

Les premières sources salées sont découvertes au XV^e siècle dans les régions de Panex et de Bex. Grâce aux minutieuses recherches de Carine Cornaz (À la mine : employés des mines et des salines de Bex au XIX^e siècle), qui ont fait l'objet d'un document édité en 2007 par la Musée cantonal d'archéologie et d'histoire du canton de Vaud, on en sait plus sur les

conditions de vie au cœur de la montagne salée il y a deux cents ans. Si le métier de mineur attirait bon nombre d'hommes de la région, de père en fils, le travail était rude et les accidents nombreux, notamment les coups de grisou qui pouvaient engendrer brûlures, lésions oculaires et auriculaires. L'humidité, les infiltrations d'eau, le froid contribuaient au développement de rhumatismes, et de problèmes de peau. D'autres souffraient d'asthme. D'autres étaient meurtris pas l'effondrement de

charpentes. Dès 1841, le sort des employés malades ou estropiés sera d'ailleurs déterminé par un règlement.

L'amélioration des conditions de sécurité et des équipements a heureusement permis de rendre la vie des mineurs bien plus agréable aujourd'hui.

Des produits gourmets

Si l'essentiel du sel extrait de la montagne à Bex est destiné aux routes et à l'industrie, les Mines sont réputées pour leurs délices destinés aux gastronomes. Les gourmets locaux peuvent retrouver cet or blanc de choix dans toute une série de produits disponibles sur les étals de Suisse comme le Gruyère 1655 AOP, les chips Zweifel ou encore le beurre Cremo à la Fleur des

Alpes. La boutique des Mines offre un beau panel de créations au sel vaudois. La fameuse Fleur des Alpes, dont on peut observer la préparation et la mise en bocaux au travers d'une vitre, se décline cette année en deux nouvelles versions. L'une au thym bio suisse et l'autre au piment de Cayenne, indigène et bio également.





Depuis la fin septembre 2019, nous sommes fiers de soutenir Faireswiss et de commercialiser «le lait équitable», qui garantit aux producteurs suisses 1 CHF sur chaque brique de lait vendue.

MANOR[®] FOOD
SPECIAL EVERYDAY

Leader helvétique de l'électroménager, V-ZUG entretient des liens étroits avec la gastronomie. Depuis quelques années, l'entreprise centenaire renforce ses partenariats avec les meilleurs chefs de Suisse, parmi lesquels Franck Giovannini, Tanja Grandits ou Andreas Caminada.

V-ZUG

PARTENAIRE DE CONFIANCE DES MEILLEURS CHEFS DE SUISSE

Texte, Réane Ahmad – Photos, DR

P our faire vivre au public des expériences uniques, V-ZUG dispose d'une dizaine de « Zugorama » en Suisse, ses centres d'exposition et de conseil. Le groupe développe aussi une plateforme « Lifestyle » en proposant des coachings culinaires dans des restaurants, un food truck itinérant ainsi que des recettes en ligne.

Partenaire Or pour la troisième année consécutive, la société partage des valeurs communes avec la Semaine du Goût: la passion et le savoir-faire, la qualité et la précision, l'expérience culinaire et gustative... Ce n'est donc pas un hasard si le lancement de la vingtième édition a eu lieu en mars chez V-ZUG, au « Zugorama » de Crissier, à deux pas du Restaurant de l'Hôtel de Ville du Parrain 2020, Franck Giovannini.

Depuis 1988, une dizaine de « Zugorama » a vu le jour en Suisse et plusieurs à l'étranger. Ces centres d'exposition et de conseil invitent le public à vivre une véritable expérience autour des appareils électroménagers de la seule entreprise helvétique du secteur. « Avec ses appareils, V-ZUG simplifie la vie du cuisinier ou de la cuisinière et incite celles et ceux qui n'ont jamais osé se lancer à le faire, en les accompagnant par la main », s'enthousiasme Alessandro Macchieraldo.

Brandissant son smartphone, le chef de vente en Suisse romande en veut pour preuve la programmation automatique de recettes de grands chefs dans les fours connectés de V-ZUG. Ce qui lui fait dire qu'on peut cuisiner « presque comme Franck Giovannini », tout en passant du temps avec ses invités et en les épatant.

Grâce aux démonstrateurs et démonstratrices culinaires des « Zugorama », l'entreprise propose au public des cours de cuisine avant l'achat, puis à domicile. Avec des offres pour tous les budgets – entrée, moyen et haut de gamme – V-ZUG se veut accessible à tous.

Faire rayonner le « Swiss made »

Dirigée par la 3^e génération de la famille Buhofer, la société trouve ses racines en plein cœur de la Suisse. Dans son nom, « V » rappelle son histoire en tant qu'atelier de galvanisation (Verzinkerei en allemand) et « ZUG » son engagement économique et social en faveur de la région de Zoug. En collaboration avec Metall Zug et la Ville de Zoug, le vaste projet de cluster technologique, qui verra le jour à l'horizon 2033, confirme un ancrage helvétique sur le long terme. Alessandro



Macchieraldo précise: « Il s'agira d'un pôle de connaissances et d'innovations, comparable au site de l'Ecole Polytechnique Fédérale de Lausanne ».

Prenant le contrepied de l'obsolescence programmée, V-ZUG met en avant la qualité « Swiss made » et la longue durée de vie de ses appareils électroménagers. Elle poursuit également des engagements durables, notamment en matière de bilan CO² neutre et d'économies d'énergie. Depuis 2008, la société étend ses activités hors des frontières nationales avec une présence en Europe, Asie et Océanie.

Réunir une communauté

Au travers de son programme « Lifestyle » qui célèbre ses dix ans, V-ZUG réunit une communauté du goût (lifestyle.

V-ZUG MET EN AVANT LA QUALITÉ SWISS MADE ET LA LONGUE DURÉE DE VIE DE SES APPAREILS.

vzug.com). Une quinzaine d'ambassadeurs et ambassadrices de la gastronomie partagent leurs recettes en ligne ou participent à des événements dans le food truck de la marque. L'un des cuisiniers les plus célèbres est certainement

Franck Giovannini, du Restaurant de l'Hôtel de Ville de Crissier. Adeptes des appareils V-ZUG pour sa cuisine professionnelle et privée, ce dernier organise des ateliers à Crissier, au restaurant et dans le Zugorama. V-ZUG s'associe aussi à d'autres établissements comme Toc de Chefs à Vich et Chefs en cuisine à Bienne pour des ateliers culinaires, des tables d'hôtes ou autres rencontres de team building, ou encore au duo Ben & Léo de l'émission Bon App' de la RTS. Par ailleurs, des cours de cuisine pour les gourmands de tous âges sont régulièrement mis sur pied. Et Alessandro Macchieraldo de conclure: « Tout comme la Semaine du Goût, nous espérons que les nouvelles générations mangent plus sainement mais simplement ».



Plus de 100 ans d'histoire

- 1913 Fondation de la Verzinkeerei Zug SA, active dans la zinguerie artisanale à façon
- 1920 Mise sur le marché du premier appareil à laver le linge
- 1962 Lancement d'un lave-vaisselle, premier appareil de cuisine de la marque
- 1976 Fusion avec l'usine de ferblanterie, la Metalwarenfabrik Zug. La nouvelle entreprise, rebaptisée V-ZUG SA en 1981, reprend toute la gamme

- des appareils électroménagers pour la cuisine et la buanderie
- 1988 Ouverture du premier « Zugorama » à Zoug, à l'occasion du 75^e anniversaire
- 1996 Arrivée de la cuisson à induction dans les ménages suisses
- 2001 Adaptation du cuisinier à vapeur combiné pour les ménages privés
- 2008 Début des activités d'exportation

- 2015 Mise sur le marché du Combi-Steam MSLQ (chaleur traditionnelle, vapeur et micro-ondes)
- 2020 Suite de la transformation digitale et poursuite de l'ambitieux projet V-ZUG 33

→ Plus d'informations sur www.vzug.com/ch/fr



La recette de Tanja Grandits

Gelée de coco avec compote de mangue et de fleurs de sureau



Recette

Facile

Pour

4 personnes

Gelée

400 ml de lait
400 ml de lait de coco
80 g de sucre
4 feuilles de gélatine, trempées
dans l'eau froide

Compote

1 mangue, pulpe découpée en
dés de 1×1 cm
2 dl de sirop de fleurs de sureau
1 gousse de vanille, pulpe
grattée
1 citron vert, zeste finement
râpé
2 c. à s. de jus de citron vert

Préparation gelée

Porter à ébullition le lait et le lait de coco
avec le sucre. Retirer du feu et dissoudre la
gélatine égouttée. Verser dans des verrines
et réserver au frais pendant au moins
quatre heures.

Préparation compote

Porter le tout à ébullition et laisser mijoter
à feu doux pendant deux minutes. Laisser
refroidir et répartir sur la gelée à la noix de
coco. Décorer avec des fleurs de sureau
fraîches.



La recette d'Andreas Caminada

Madeleines au paprika



Recette

Facile

Pour

4 personnes

Ingrédients

200 g de blanc d'œuf
200 g de harissa
70 g de farine
120 g de poudre d'amande
150 g de beurre
15 g d'huile fumée

Niveau de cuisson

Avec préchauffage

10 minutes | Air
chaud 160 °C

Préparation

Battre les blancs d'œuf avec la harissa
dans le robot de cuisine jusqu'à obtenir un
mélange mousseux. Mélanger la farine et la
poudre d'amande et incorporer petit à petit
cette préparation au mélange à base de
blanc d'œuf. Pour finir, faire fondre le beurre
dans l'huile fumée et les ajouter au mélange.
Disposer la pâte obtenue dans un moule
à madeleines et faire cuire à l'air chaud à
160°C pendant 10 minutes. Garnir à votre
goût. Faites appel à votre créativité!

«Ma boulangerie se
trouve à Migros.»

M

Trouver
130 magasins avec
boulangerie maison:
[frais-et-
fait-main.ch](http://frais-et-fait-main.ch)

**FRAIS &
FAIT MAIN**

Nos boulangers pétrissent, façonnent et font cuire chaque jour du pain frais pour vous: chaque pain est unique. Laissez-vous convaincre par notre savoir-faire artisanal et par la qualité de nos produits, en vous rendant dans une boulangerie maison près de chez vous!

MIGROS

M comme Marque de fraîcheur.

Nourrir 12'000 personnes au quotidien n'est pas sans effets sur l'environnement. L'École polytechnique fédérale en prend toute la mesure et a élaboré une stratégie pour en limiter les impacts.

Alimentation et durabilité

L'AMBITIEUX PROGRAMME DE L'EPFL

Texte, Manuella Magnin – Photos, DR

Elle a pour nom Stratégie 20/30 et est le fruit d'une réflexion profonde sur les enjeux climatiques liés à notre alimentation. Partant du constat que 25 à 30% des émissions totales de gaz à effet de serre sont attribuables au système alimentaire et que le gaspillage des denrées représente également un tiers de la production alimentaire mondiale, l'EPFL a repensé totalement son modèle de restauration. « Nous voulons un campus représentatif avec une offre durable et une alimentation saine, respectueuse de l'environnement », insiste Bruno Rossignol. À l'automne 2019, le responsable de la restauration et des commerces de tous les sites de la grande école a exposé la nouvelle donne aux différents prestataires. Le message est clair : les restaurateurs, aujourd'hui au nombre de

dix-huit, devront mettre plus de produits locaux et de saison au menu, offrir le plus possible de mets végétariens, réduire au minimum les ingrédients importés par avion et par bateau, respecter les principes d'un bon équilibre nutritionnel. « Nous n'avons pas inventé une deuxième Joconde. Nous sommes dans la logique de ce qui doit se faire aujourd'hui pour un monde plus durable, tempère Bruno Rossignol. Si nos objectifs sont ambitieux, nous nous sommes donné les moyens de les atteindre. » Un budget spécifique a été alloué à cette stratégie.

Pour l'EPFL, l'enjeu est de taille. Ces dernières années, étudiants et collaborateurs ont manifesté clairement leur souhait de se voir offrir une alimentation durable, plus équilibrée, plus végétarienne et locale.

Des pétitions dans ce sens ont même été adressées au responsable de la restauration. La grande école se doit d'être plus attractive dans son offre.

Des moyens ? Pour coacher les restaurateurs, et accompagner cette transition vers une cuisine plus verte, l'EPFL a mandaté des intervenants externes, tous très pointus dans leurs domaines tels que NutriMenu, Beelong, KITRO et Quantis (voir encadrés). L'empreinte environnementale, tant des cuisines que des mets servis, est passée au crible. Les restaurateurs sont appelés à collaborer avec des spécialistes en analyse nutritionnelle et en alimentation végétarienne. Des cours leur sont dispensés pour se mettre à niveau.



Provenance et labels

De nouvelles lignes directrices ont été élaborées en matière de provenance des produits et de composition des menus. 80% des aliments et boissons doivent être achetés en Suisse, 50% labellisés Suisse Garantie ou IP-Suisse. Pour son approvisionnement, l'EPFL pourra également compter prochainement sur la Ferme de Bassenges, sise à l'ouest du campus, et dont elle partage les 7 hectares de terres avec l'Université de Lausanne (UNIL). Suite au décès de l'exploitant en 2017, les clés du domaine ont été remises au début de cette année à un collectif de jeunes agriculteurs dont le projet est de développer une micro-ferme agroforestière de polyculture-élevage, conduite selon les principes de l'agriculture biologique. Ce collectif a mis à son programme des grandes cultures, de l'arboriculture, du maraîchage et de l'élevage.

ÉTUDIANTS ET COLLABORATEURS SOUHAITENT UNE ALIMENTATION PLUS DURABLE.

Last but not least, la vaisselle compostable ou l'utilisation du système de contenants réutilisables reCircle sont imposées pour le take-away et le traiteur. Dès 2021, en partenariat avec un fournisseur spécialisé, des lignes de vaisselle écoresponsable seront introduites. À l'horizon 2022, les bouteilles en plastique seront bannies. Les convives se verront proposer des gobelets munis d'une puce NFC pour les boissons servies à l'automate.

Des acteurs engagés

L'EPFL souhaite que ses partenaires de restauration sur site adhèrent avec enthousiasme à cette nouvelle approche: « Nous lancerons dès 2021 des appels d'offres comme la Confédération nous y oblige tous les cinq ans. Nous gérerons à l'avenir toutes les infrastructures, le matériel et les contrats d'entretien. Les restaurateurs devront uniquement se concentrer sur la cuisine qui est leur métier de base. »

Des automates à produits locaux

En principe, dès la rentrée d'automne et en fonction de l'évolution sanitaire, le Rolex Learning Center de l'EPFL sera équipé de deux automates à produits du terroir. On y trouvera notamment des jus de fruits, des yaourts, des salades, du pain à la farine vaudoise, des tranches de cake, des chocolats... Ce projet-pilote est le fruit d'une collaboration entre Prométerre, l'EPFL et un fournisseur d'automates. L'échantillonnage des produits a été décidé en fonction des volumes à disposition chez les producteurs. Les emballages et leurs dimensions ont dû être repensés. L'Etat de Vaud a manifesté son intérêt. De tels automates pourraient être installés à terme un peu partout dans le canton.

Poubelles surveillées

27 caméras KITRO équipent les poubelles des restaurants de l'EPFL. Le système permet de visualiser et comptabiliser les déchets, de faire dans la foulée un retour aux établissements sur ce qui est jeté et les économies qui pourraient être réalisées. Les équipes reçoivent en retour des informations détaillées qui leur permettent de prendre des décisions et d'adapter menus et quantités. En ayant accès aux noms et aux prix pratiqués par les fournisseurs, il est ainsi possible de chiffrer le potentiel d'économies. Une façon de faire rimer écologie et économie.

Equilibre nutritionnel

Réduire son empreinte environnementale est une chose, veiller au bon équilibre des mets servis aux convives en est une autre. Afin d'y parvenir, l'EPFL a instauré l'obligation pour les cuisines de travailler avec nutriMenu, une application qui mesure les qualités nutritionnelles des repas.

Les cuisiniers doivent enregistrer toutes les quantités d'aliments, mais aussi les modes de cuisson. Approuvé par la Société suisse de nutrition, nutriMenu propose ensuite une analyse de la composition des menus et émet des recommandations personnalisées. Le programme évolue à l'aide de l'intelligence artificielle. Il s'adapte aux particularités du cuisinier qui est appelé à diversifier son offre. L'outil nutriMenu aide les restaurateurs à trouver des alternatives locales, durables et de saison pour composer leurs repas. L'objectif est d'améliorer la qualité des menus tout en réduisant leur impact sur l'environnement.

Empreinte environnementale

Pour l'accompagner dans sa transition vers une restauration plus durable, l'EPFL a mandaté Quantis, leader en Europe des analyses du cycle de vie. Sa mission? Intégrer l'alimentation dans le reporting de l'empreinte carbone totale de la grande école et monitorer les effets environnementaux de la rénovation d'une cuisine.

Ces deux projets sont menés en quantifiant les impacts sur l'environnement d'un produit ou d'un service, en prenant en compte l'ensemble du cycle de vie.

Pour mener à bien ses analyses, Quantis peut s'appuyer sur les travaux de Beelong, une start-up née à l'Ecole hôtelière de Lausanne, qui a mis sur pied un indicateur de durabilité des achats alimentaires. Beelong a passé au crible les achats des différents restaurateurs. Elle a également pour mandat d'accompagner les différents prestataires en formulant des recommandations sur les produits et les alternatives existant sur le marché. Elle dispense aussi des ateliers thématiques pour améliorer les pratiques en matière d'achats.

Charte de la Semaine suisse du Goût

Le goût des produits, qui ont une histoire à raconter, est souvent méconnu. La cuisine s'industrialise toujours davantage. On prend de moins en moins de temps pour se nourrir et on mange trop souvent seul.

Pourquoi une Semaine suisse du Goût ?

Promouvoir le goût et le plaisir de manger

Cette Semaine doit donner envie à chacun de faire des découvertes culinaires, de s'arrêter pour déguster, de s'interroger sur notre rapport à l'alimentation et nous rendre curieux quant à l'origine de notre nourriture. Elle doit nous rendre attentifs au fait que manger est un temps pour nous ressourcer et nous faire plaisir.

Réunir les acteurs du goût, créer des échanges

La Semaine permet de réunir ceux qui aiment manger, favorise les échanges entre les métiers de la bouche et doit donner envie de créer des liens avec toute la communauté de la nourriture.

Susciter l'organisation d'évènements

Cette Semaine veut encourager l'organisation d'évènements qui mettent le plaisir du goût au cœur de nos assiettes et de nos verres. Elle valorise la convivialité autour de la table tout en mettant en avant des produits authentiques.

Parrains & Marraines

2019, Les Artisanes du Vin suisse
2018, Dominik Flammer
2017, Claude Frôté
2016, Theres & Markus Dettwiler
2015, Paolo Basso
2014, Carlo Crisci
2013, Vréni Giger
2012, Gérard Rabaey
2011, Martin Dalsass
2010, † Philippe Rochat
2009, Marie-Thérèse Chappaz
2008, André Jaeger
2007, Georges Wenger
2006, Irma Dütsch
2005, Fredy Girardet

Objectifs de la Semaine du Goût

Avec ses évènements disséminés sur le territoire et son Magazine, la Semaine du Goût est une fête nationale joyeuse qui participe pleinement à :

- Valoriser la diversité des goûts et des cultures alimentaires présents dans notre pays
- Préserver la tradition et encourager l'innovation culinaire
- Mettre en valeur le savoir-faire artisanal
- Encourager les productions locales et durables
- Sensibiliser les jeunes au goût, au respect de la nourriture, au plaisir de cuisiner et de bien manger
- Rendre les consommateurs attentifs à la saisonnalité des produits et à la souveraineté alimentaire
- Promouvoir la santé par une nourriture variée et équilibrée

Chaque organisateur s'engage à :

- proposer un évènement qui valorise le goût, la cuisine et le plaisir de manger
- travailler avec des produits authentiques où l'homme et le terroir ont encore toute leur importance
- s'impliquer pour donner un aspect pédagogique à son évènement conformément à un ou plusieurs objectifs de cette charte
- favoriser les échanges et la convivialité



Comité qualité

Chef	Albrici Lorenzo	SSTH Swiss School of Tourism and Hospitality	Fetz Gion Martin	Chef cuisinier	Morgenthaler Laurent
Affineurs de jambon	Alcala Tomas & Eleuterio	Directeur unité centrale Clients CFF	Fleury Mathieu	Journaliste	Morier-Genoud Patrick
Vigneronne	Austing Céline	Consultant agro-alimentaire	Fleury Louis	Mémoire Vive	Mottini Donato
Chef cuisinier	Ayer Pierre-André	Schweizer Tierschutz	Flückiger Stefan	Regionalps	Moustadri Soraya
Au gré des saveurs SA	Bachmann Christophe	Musicien	Forel Olivier	Food Zurich	Mouttet Simon
Slow Food	Baeriswil Bertrand	Heidiland Tourismus	Fratschöl Natalie	Gsünder Basel	Näf-Seiler Stefanie
Terror Fribourg	Bapst Pierre-Alain	Slow Food	Fricker Alexandre	Giornalista	Newlin Giacomo
Gewerbeverband Basel-Stadt	Barell Gabriel	Chef cuisinier	Frôté Claude	Slow Food	Nigg Silvia
Sommelier	Basso Paolo	Terre Vaudoise	Gabriel Suzanne	Genusswoche Basel	Nussbaumer Daniel
Conseillère aux Etats	Baume-Schneider Elisabeth	Betjemann & Barton	Gallais Véronique	Köchin	Nyffeler Birkenmeier Regula
Genève Terror	Beausoleil Denis	ProSpecieRara	Gautier Denise	Slow Food	Olivier Timothée
Journalist	Benedetti Marc	Chef cuisinier	Germanier Damien	SSAT	Orrù Tiziano
Heidiland Tourismus AG	Bergamin Orlando	Vigneron	Gex Philippe	Kanton- und Stadtentwicklung Basel-Stadt	Ott Lukas
Hotel Beau Séjour	Berger Manuel	Restaurateur	Geyer Jean-Luc	Vigneron	Paccot Raymond
Chef	Bertolina Giordano	ProSpecieRara	Chezzi Manuela	Pâtissier	Paganel David
Chef cuisinier	Bessire Jean-Marc	Chefköchin	Giger Vreni	Docente professionale del settore pasticceria	Pasotti Marco
Winzerin	Besson Strasser Nadine	Chef cuisinier	Giovannini Franck	Chocolatiers	Pasquet Virginie et David
Agridea	Bezençon Nicolas	Confrérie vaudoise des Chevaliers du Bon Pain	Girard Yves	Ufficio della refezione e dei trasporti scolastici	Pedrioli Elena
Slow Food	Bill Marie-Isabelle	Vigneronne	Graff Noémie	GastroTicino	Pesce Alessandro
Regionalprodukte Zentralschweiz	Birrer Mirjam	Sociogastronomo	Grandi Paolo	pfaffCONSULTING	Pfaff Rolf-Peter
Wasserschloss Wyher	Bischof Jürg	GastroSt.Gallen/OGFS	Gsell Max	Cenoparfumeur	Pfister Richard
La cucina naturale	Bissegger Meret	Genève Terror	Guarino Estelle	Kulturvermittler	Pfister Thomas
Restaurateur	Blanc Daniel	Pêcheur	Guidoux Serge	consulente SMPPC	Piffaretti Giuseppe
Maître boucher	Blaser Max	Vigneron	Guillod Cédric	Boulangier	Pignat Bernard
Machen.	Bloch Sonia	GastroSuisse	Haida Astrid	Chef cuisinier	Pittet Jean-Luc
Pro Innerstadt Basel	Böhm Mathias F.	Winzerin	Hasler Monica	Centro Competenze Agroalimentari Ticino	Quadri Sibilla
Fondation Rurale Interjurassienne	Boillat Olivier	Schweizer Bauer	Haudenschild Rudolf	Chef cuisinier	Rabaey Gérard
Chercheur	Boisseaux Stéphane	Brasserie le Beausite	Hauser Muriel	Ethnologue	Raboud Isabelle
Paysan	Bolay Charles-Bernard	O SOLE BIO/BioZug	Hegglin-Zürcher Yvonne	Restauratrice	Raboud Marie-Josèphe
Verein Culinarium	Bolliger Urs	Fourchette	Hercher Sabine	Chef	Ranza Dario
Journalist	Böniger Herz Daniel	Gastronomie Moléculaire	Heyraud Marc	Restaurateurs	Ravet Bernard & Nathalie
Interprofession des fruits et légumes	Borgeat Olivier	Journalist	Hobmeier Elsbeth	Chef cuisinier	Reynaud-Bestenheider Franck
Maison des Terroirs	Bornand Anne	Slow Food	Holzappel Max	Gastronome	Riesen Robert
Centre alimentation et mouvement	Bornet Etienne	Natürlü Zürioberland	Honegger Sabrina	Vigneronne	Ritter Cochand Chantal
Giornalista	Bosia Luigi	Gourmanderie Moléson	Hüsler Bernhard	Ecole hôtelière de Lausanne	Rochat Michel
Formateur EPM	Boverat Jean-Louis	Vigneronne	Hutin Emilienne	Restaurateurs	Rod Nadine & Christophe
Chef cuisinier	Bovier Edgard	Journalist	Imhof Paul	Agrumiculteur	Rodin Niels
Bio Suisse	Brändli Urs	Slow Food	Imhof Jean-Marc	Épicier	Rosset Patrick
Journaliste	Bratschi Isabelle	Vigneronne	Isabelle Ançay	Vigneronne	Ruedin Madeleine
Ecole d'Ingénieurs de Changins	Briguet Conrad	Chef cuisinier	Jaeger André	Association régionale du Lac Léгурiviera Groupe	Ruesegger Elisabeth
Ecole Hôtelière de Genève	Brunier Alain	Vice-Présidente Fondation pour la Promotion du Goût	Jaques Martine	Enseignant	Rupprecht Knut G.
Winzerin	Buchmann Rahel	Bio-Consulting	Jossi Peter	Fromager	Ryser Dominique
Biohof Uniterre	Buchwalder Florian	Gastgeber	Juillerrat Edy	EOC	Sabino Daniela
Fourchette Verte	Bur Michelle	Slow Food	Jurot Manuel	Alpinavera	Said Bucher Jasmine
Journaliste	Buss Pierre-Emmanuel	Madame Tricot	Kähler Schweizer Dominique	Mels Bells	Salis Melanie
Vigneronne	Caloz Sandrine	Kantons- und Stadtentwicklung Basel-Stadt	Kaiser Stefanie	Ancienne conseillère aux Etats	Savary Géraldine
Humbel Spezialitätenbrennerei	Candrian Daria	Cuisinier chef	Kalandranis Giannis	Winzerin	Saxer Nadine
Caviezel AG	Caviezel Heinz	Vin d'oeuvre	Kellenberger Isabella	Journalist	Schaub Silvia
JuraEvent	Cerf Cédric	Amt für Umwelt und Energie	Keller Dominik	Bischi Fleischtrocknerei	Schlager Alois
Paysanne	Challandes Anne	Landwirtschaftliches Zentrum Ebenrain	Kilcher Lukas	Historien de la gastronomie	Schlup Michel
Vigneronne	Chappaz Marie-Thérèse	Künstlerin, Chnächt und Warenkunde	Knecht Sandra	Giornalista	Schmid Heinz
Insegnante educazione alimentare	Charbon Isabella	Cuisinier chef	Kondratowicz Frederik	Musiker	Schmid Stefan
Chef cuisinier	Chenaux-Auderset Serge	Das Beste der Region	König Franziska	Ueli Hof Bio-Metzgerei	Schmitz Martin
Chef cuisinier	Chevrier Philippe	Epicurien	Künzi Yann	Gastgeber	Schneider Markus
Casa del Vino	Conconi Andrea	Cuisinier chef	Labrosse Serge	Slow Food	Schneider Yvan
Vigneron	Cornut Didier	Restauratrice	Lafarge Patricia	Association Vivre la ferme	Schnyder Eliane
Etnobotaniste	Couplan François	Productrice cinématographique	Lanz Lucienne	Verein Kultur & Gastronomie	Schön Neda
Président Fondation pour la Promotion du Goût	Cramer Robert	Lehmann's Metzgerei	Lehmann Daniel	Epicurien	Schorderet Nicolas
Chef cuisinier	Crisci Carlo	Fourchette verte	Lehmann Tania	Journaliste	Schröter Melina
Vigneron	Cruchon Raoul	Storica della gastronomia	Lenzi Repetto Marta	Weinbau	Schwarzenbach Hermann
Chef cuisinier	De Courten Didier	Chäs Chäller - Genuss Erleben	Lobsiger Roly	SSAT	Semmler Karin
Journalist	De Schepper Werner	Slow Food	Lohri Esther	Journaliste	Simon Jean-Charles
Chef cuisinier	Décotteret Stéphane	Restaurateurs	Lonati Chantal et Bernard	Chef cuisinier	Soldati Jean-Marc
Kochbuchautor und Foodblogger	Del Principe Claudio	Expert en développement durable	Longet René	Chef cuisinier	Stangl Michel
Fête du goût Sion	Delalay Thierry	Polo Poschivo	Luminati Cassiano	Saporì Ticino	Stauffer Dany
Vignerones	Delarze Stéphanie & Christine	Terror Fribourg	Lutz Jeanne	Conradi	Steinmair Raimund
Chef cuisinier	Destaing Samuel	Etat de Genève	Madic Flora	Stiefels Hopfenkranz	Stiefel Moritz
Hofgut & Hofmetzg Farnsburg	Dettwiler Markus & Theres	Journaliste	Magnin Manuella	Gastgeber	Stump Roland
Markthalle Basel	Dill Alexandra	Marmy Plantes	Marmy Françoise	GastroTicino	Suter Massimo
Fourchette Verte	Domeniconi Elisa	Cuisinier chef	Martin Benoit	Chef cuisinier	Suter Pierrick
Casalp Sortenorganisation Berner Alp- & Hobelkäse AOP	Dörig-Eschler Gabi	Restaurateurs	Martins Antonina et Fernando	Chef	Tenca Piero
Epicurien	Droz Louis	Slow Food	Massa Marianna	Journaliste	Thomas Pierre
Enologue	Dufaux Daniel	Journaliste	Massy France	Food Services	Thüring Georges
Vigneronne	Dugerdil Sophie	Vigneronne	Mathier Benicchio Felizitas	Diététicienne ASDD	Tièche Maryline
Vigneronne	Dugerdil Céline	Chef cuisinier	Mathieu Bruno	St.Gallen-Bodensee Tourismus	Treichler Tobias
Vigneron	Dumoulin Frédéric	Vigneronne	Mayor Adeline	Journaliste	Truffer Alexandre
Chefköchin	Dütsch Irma	Landwirtschaftliches Zentrum Liebegg	Meier Wahl Beatrice	Simple Plus	Turin Brigitte
Affineur de fromages	Duttweiler Jacques	GastroSuisse	Meier-Schmid Brigitte	Slow Food	Turolla Flavio
Wirtverband Basel-Stadt	Ebneter Maurus	Marché à la ferme	Meldem Martine	Vigneronne	Udriet Laura
Gastgeberin	Eggenberg Annegreth	Vigneronne	Mercier Madeleine	Sommelier	Valpiani Marco
BL Tourismus	Eggimann Tobias	Chef	Merlo Luca	Fourchette Verte	Vernaud Francine
Conseiller d'Etat	Favre Laurent	Vigneronne	Meylan Sarah	Landhotel Hirschen	Von Felten Albi
Journaliste	Fazan Daniel	Gastrovaud	Meystre Gilles	Expert cépages	Vouillamoz José
Chambre Valaisanne d'Agriculture	Felley Pierre-Yves	Fattoria Moncucchetto	Monico Cristina	Gastgeberin	Wagner Véréna
ProSpecieRara	Ferrari Lea	Union fribourgeoise du tourisme	Morard Pierre-Alain	Vigneron	Wannaz Gilles
		Agenda 21 - Ville de Genève	Morel Gaétan	Vigneronne	Weber Mélanie
		Ticinowine	Moresi Gianni	Liestal Tourismus	Wunderlin Dominik
				Loitche-Potches	Zahno Bertrand
				Journaliste	Zbinden Véronique
				Restaurateur	Zuchuat Charles-Henri

Randonnées

pour les conquérants des sommets
et les conquis par la nature

Idées variées de randonnées pour les familles.
poste.ch/randonner

Commander
maintenant
une brochure!



Partenaire principal de





appréciez la différence angenehm anders

Bonne dégustation à l'occasion de la Semaine du Goût.
Lassen Sie sich an der Genusswoche verwöhnen.

www.landi.ch




FOODTRAIL DU PAYS-D'ENHAUT

1^{er} octobre au 30 novembre 2020

Résoudre des énigmes pour avancer de poste en poste lors d'une belle randonnée
Découvrir la richesse des produits du Pays-d'Enhaut

Du mercredi au dimanche : départ de 9h à 11h.
Randonnée d'environ 4 heures, prolongeable à souhait.
Les billets sont en vente au shop de la gare de Château-d'Œx:
30.- pour les enfants de 6 à 12 ans, 49.- dès 13 ans.

Plus d'infos sur:
www.gruyerepaysdenhaut.ch
ou au 0848 110 888




www.poivre.ch
vente en ligne
d'épices



ENTRE NATURE ET CULTURE



MUSEUM
NAZIONAL SVIZZER. MUSEO NAZIONALE SVIZZERO. SCHWEIZERISCHE S NATIONALMUSEUM. MUSÉE NATIONAL SUISSE. Château de Prangins.



CGN  LAKE EXCEPTION


CROISIÈRES GOURMANDES
CGN.CH


Le magazine des épicuriens

Fondé en 1958

Abonnez-vous ou offrez un abonnement de 1 an plus le Guide Bleu – La Suisse Gourmande au prix de CHF 80.–



info@plaisirmagazine.ch
www.plaisirmagazine.ch



JACQUES DUTTWEILER

FROMAGES DE QUALITÉ
Présent aux marchés de Lausanne et Vevey

SIÈGE 1410 Thierrens
T. 021 905 68 78
F. 021 905 68 79

Partenaires OR



Partenaires Argent



Partenaires Bronze



Médias



Villes et Cantons



Impressum

Rédaction
Réane Ahmad, Marie-Isabel Bill, Sophie Dorsaz, Paul Imhof, Nadia Laden, Manuella Magnin, David Moginier, Patrick Morier-Genoud, Sylvia Schaub, Pierre Thomas, Véronique Zbinden, Michelle Zufferey

Illustrations
Dora Formica

Graphisme magazine
Anouk Andenmatten

Traductions
Sandra Dénéreaz, Monica Fiorini, Patrick Vallon

Responsable d'édition
Josef Zisyadis

Rédactrice en chef
Manuella Magnin

Secrétariat
Giulia Onori, Barbara Schneider

Éditeur
Fondation pour la Promotion du Goût
Avenue Dapples 21
CP 99
1001 Lausanne
Tél. 021 601 58 03
www.gout.ch
secretariat@gout.ch
presse@gout.ch

Tirage
120'000 ex.

Impression
PCL Presses Centrales SA
Av. de Longemalle 9
1020 Renens





SBB CFF FFS

La semaine du goût au Restaurant CFF.

Une fois à bord, découvrez
l'«assiette de la semaine
du goût»

cff.ch/restaurant

MAINTENANT

CHF

22.40

SEULEMENT

Suisse. Naturellement.



OUI

100% À MON GOÛT

AOP (Appellation d'origine protégée) et IGP (Indication géographique protégée) se réfèrent aux produits suisses élaborés dans leur zone d'origine selon des méthodes traditionnelles afin de préserver leur goût authentique. **Prenez parti. Dans votre magasin.**

