

# gout.ch

Per gli esseri umani, gli animali e il pianeta

Il Magazine della Settimana  
svizzera del Gusto  
No 14 – 2024

**Valposchiavo**  
Regione del Gusto  
2024

**Gian-Battista  
et Johann-Baptista  
von Tscharner**  
Padrini della Settimana  
del Gusto 2024

**AOP-IGP**  
Il marchio di qualità

  
**Gran concorso  
La Settimana del Gusto**

Per partecipare e vincere  
numerosi premi, scansiona  
il QR Code qui sotto



LA SETTIMANA DEL GUSTO

un evento della





Cresus®



Che siate **in sala o ai fornelli**,  
scoprite come ottimizzare  
i vostri processi amministrativi con il  
software gestionale Crésus.



[www.cresus.ch](http://www.cresus.ch) – 0848 27 37 88

# Sommario

- 5 EDITORIALE
- 6 VALPOSCHIAVO Regione del Gusto 2024
- 10 VON TSCHARNER padre & figlio  
Padrini della Settimana del Gusto 2024
- 14 REGIO.GARANTIE dei cereali a filiera corta
- 19 FORMAGGI valorizzare la genuinità elvetica
- 23 AOP-IGP la forza pura delle origini
- 26 CHANOYU-TEABO l'orafo svizzero del tè
- 29 BIO VAUD da 30 anni impegnati a costruire un mondo diverso
- 31 DEMETER nel ciclo dell'arcobaleno



- 33 CEREALI la grande storia dell'umanità
- 36 PASSO DOPO PASSO crespelle al formaggio
- 38 PURASPELTA un cereale di montagna
- 43 NOTIZIE DAI NOSTRI PARTNER
- 44 CITTÀ E VILLAGGI ALPINI DEL GUSTO
- 47 FAIT MAISON il label della trasparenza
- 48 PARCHI SVIZZERI dal grano d'oro al pane locale
- 52 VALLESE il programma Giovani Consumatori
- 55 FOURCHETTE VERTE pasti equilibrati e sostenibili
- 56 HEATSBOX riscalda i vostri pranzi
- 59 SEL DES ALPES nuove varianti di oro bianco

- 62 GIORNATA MONDIALE DELLO CHASSELAS
- 64 MAISON GILLIARD il prestigio è scritto nel suo territorio
- 67 SWISS WINE GOURMET a tavola con i vini svizzeri
- 70 GRAPE ESCAPES dormire nel cuore dei vigneti svizzeri
- 75 BUONI PER I GIOVANI la gastronomia per i giovani
- 76 MERITO CULINARIO SVIZZERO Carlo Crisci, un visionario
- 78 DELTA CAFÉS un mondo di eccellenza
- 82 GENÈVE RÉGION – TERRE AVENIR festeggia 20 anni
- 86 ELDORA i cereali sono alla base dell'alimentazione
- 89 QOQA la comunità svizzera degli epicurei
- 93 CLINICA LA SOURCE mangiare bene per sentirsi meglio
- 96 EXQUIS il nuovo Gratta&Vinci della Loterie Romande





## PERCHÉ ABBIAMO BISOGNO DI VOI PER PROTEGGERE LA BIODIVERSITÀ ALIMENTARE, DIVENTATE DONATORI DELLA FONDAZIONE!

Così come le tante specie in via di estinzione, anche innumerevoli varietà di frutta, verdura e pesci stanno progressivamente scomparendo dalla nostra alimentazione. Non possiamo arrenderci davanti ad un menù uniforme, composto da prodotti standardizzati e insipidi, a scapito della nostra salute.

Possiamo accettare che i nostri figli e nipoti non usufruiscano più della qualità e della diversità alimentari che abbiamo conosciute finora?

Agricoltura, ambiente, salute, economia, cultura, educazione, turismo: tutti i pilastri della nostra società sono colpiti da questa crisi alimentare. Per lottare contro questa minaccia, l'accesso al "mangiare sano" deve essere un diritto inalienabile, indipendente da ogni profitto. Nessun cittadino deve essere privato da questo diritto per motivi economici, sociali o culturali.

Per raggiungere questi obiettivi, la nostra Fondazione ha creato e sviluppa diversi progetti con lo scopo di informare, promuovere e preservare la biodiversità alimentare.

**Perché mangiare è un atto agricolo e cittadino, aiutaci a sviluppare ed attuare i nostri progetti diventando donatore della Fondation pour la Promotion du Goût.**

**Per donare\*, scannerizza questo QR-code e accedi alla nostra pagina donatori o utilizza l'IBAN sotto.**

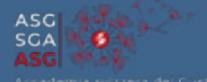


**Grazie per il tuo sostegno!**

**IBAN per la tua donazione: CH14 0076 7000 E564 1207 5**

\* La Fondation pour la Promotion du Goût è un ente di pubblica utilità.  
Tutte le tue donazioni sono fiscalmente detraibili.

— I progetti della Fondazione —



Per maggiori informazioni: +41 21 601 58 03 | [presse@gout.ch](mailto:presse@gout.ch) | [www.fondationgout.ch](http://www.fondationgout.ch)

La Fondazione è membro di Svizzera Turismo: **switzerland**  
Member

# Il cibo è un bene comune



**S**i parla di alimentazione e ognuno mette bocca! Ci sono i dogmatici di ogni tendenza, chi vuol dare lezioni, chi calcola le calorie, i fanatici della dietetica. Insomma, tanti punti di vista, che spesso dividono, invece di unire tutti attorno al piacere del gusto.

Riunendo da 24 anni migliaia di eventi in tutto il paese, la Settimana del Gusto vuol far diventare il mese di settembre, senza nessuna esclusiva, il mese popolare dell'alimentazione. Con due obiettivi: ridare alla cucina il suo posto d'onore e fare del cibo un diritto umano.

La cucina è una cosa troppo preziosa per consegnarla all'industria agro-alimentare. La cucina del quotidiano permette di compiere piccoli gesti artigianali in un mondo di stress e di rumore. Gesti per i propri amici, per la famiglia: c'è una componente di sogno nel gesto di far da mangiare per gli altri. Prima di insegnare ai bambini ad usare una tastiera di computer, insegniamo loro a cucinare autonomamente!

Con quasi 800 000 persone povere nel nostro paese e 500 000 appena sopra la soglia di povertà, la questione dell'uguaglianza alimentare si impone. Il cibo è diventato per molti una voce di spesa aggiustabile a fine mese. Va bene raccomandare il consumo di 5 porzioni di frutta o verdura al giorno, ma sarebbe più efficace esonerarla dall'IVA! In tutta Europa si avviano riflessioni per dare ai consumatori

dei diritti e una maggiore uguaglianza. Queste idee convergono verso l'obiettivo di rendere il cibo un bene comune da tutelare, in solidarietà con i produttori locali.

L'evento più buono dell'anno vi aspetta in tutto il paese. Prendetevi il tempo di gustarlo, vedrete che fa bene allo spirito.

♥ **Create il vostro programma!**

Tutti gli eventi della  
Settimana del Gusto 2024

La Svizzera da gustare vi  
aspetta qui!



Josef Zisyadis  
Direttore della Fondazione  
per la promozione del Gusto



# Valposchiavo

REGIONE DEL GUSTO 2024



**Questa stretta valle deve la sua omogeneità al paesaggio.  
Una cornice ideale per una magnifica Regione del Gusto,  
dai sapori caratteristici.**

Ⓜ Testo, Paul Imhof © Foto, DR

**A** bordo della Ferrovia retica che scende verso Tirano, dopo aver attraversato il Passo del Bernina sul lato di Poschiavo, la stazione di Alp Grüm offre un panorama da sogno: una vista mozzafiato a strapiombo sulla Valposchiavo, dove scintillano le acque del lago di Poschiavo, fino alle vette delle Alpi bergamasche che delineano la Valtellina.

Sono meno di 25 km in linea d'aria fino a Tirano, ma il dislivello è di almeno 1700 metri. La discesa a picco non è solo visiva, ma la si avverte ad ogni metro su questo treno, che tuttavia, ha un ritmo così lento da non mettere paura. La prima tappa, poco prima di Poschiavo, sembra quasi una caduta libera, poi il viaggio prosegue lungo la pianura del lago prima di riscendere, ma in maniera meno ripida, in un'elegante curva

sul viadotto elicoidale di Brusio prima di passarvi sotto. Questa sinuosa linea ferroviaria è inserita nel patrimonio mondiale dell'UNESCO dal 2008.

Le superfici edificabili sono rare in questa piccola valle, circondata dalle montagne su tutti i lati. Gli autoctoni compensano questo dato di fatto con il loro impegno a favore di un'agricoltura rispettosa della natura inquadrata dal marchio « 100% Valposchiavo » (vedi riquadro).

## **Tante specialità**

Ancora pochi decenni fa, la Valposchiavo era, come tutte le altre valli dei Grigioni italiani, una regione alpina molto povera. Infatti, veniva chiamato « mazzafám » (« ammazza fame ») un piatto che era onnipresente

nella vita quotidiana delle Valli Mesolcina e Calanca: la polenta con le patate arrosto o le patate con la farina di mais – che somiglia alla pulenta cönschia (polenta con farina di mais e formaggio) o alla polenta taragna (con l'aggiunta di grano saraceno) della Valposchiavo. I mazzafám è il titolo del libro di Gianni Bertossa, che contiene ricette della cucina povera del Grigioni italiano (editore AT-Verlag).

Uno dei prodotti emblematici della Valposchiavo è il grano saraceno, della famiglia delle Poligonacee, uno pseudocereale che cresce velocemente e può convenientemente

essere piantato fra due semine di cereali. Se un tempo era diffuso in tutta la Svizzera, oggi lo si trova soprattutto nella Valposchiavo.

Per farsi un'idea della rudezza della vita che fu in una valle di montagna come la Valposchiavo, bisogna visitare la Casa Tomé a Poschiavo. Le origini di questa abitazione, rimasta intatta nella sua storia e nei suoi oggetti, risalgono al secolo XIV (museoposchiavino.ch).

🌐 [valposchiavo.ch](http://valposchiavo.ch)





## 100% Valposchiavo

Su una superficie piuttosto limitata, la stretta valle dove scorre il Poschiavino contiene tutta la diversità dell'agricoltura nelle Alpi. Spaziando da 2000 metri a 500 metri di quota, quattro zone elaborano prodotti diversi che arricchiscono la tavola delle feste.

In cima, si produce formaggio, più giù si lavorano bresaola e salicce crude a partire da manzi, maiali, asini, cervi e camosci. Solo a Poschiavo e dintorni, ci sono tre macellai, e ce n'è un altro a Brusio; un lusso per i 4500 abitanti della valle, che non appartiene più da tempo alle grandi città. Nel cuore della valle, poco sopra il lago di Poschiavo, crescono coltivazioni di tè e erbe aromatiche. Sotto Brusio, si trovano verdure fresche e castagne, bacche, vino e persino, di recente, un ottimo olio di oliva.

## 100% bio

La Valposchiavo non è un terreno ideale per la coltivazione dei cereali: oltre alla segale e al grano saraceno, si coltiva ancora poco grano, farro e mais. Tuttavia, le limitazioni geografiche non sono solo uno svantaggio per gli abitanti della valle, ma permettono loro anche di concentrare le forze. Il marchio «100% Valposchiavo» definisce chiaramente l'obiettivo: i settori agricoli, della trasformazione alimentare e della gastronomia si danno la mano per associarsi in un circuito – «Fait sù in Valposchiavo», Made in Valposchiavo. E se lo scopo è fare squadra, tanto vale farlo bene: l'obiettivo dichiarato è il 100% bio.

Ad oggi, più del 90% della superficie coltivata lo è.

L'unicità della storia e dell'identità culinaria della Valposchiavo si traduce in una cucina notevole. Anche se non può vantare esclusività, essendo la valle troppo piccola per non subire le influenze circostanti, la sua cucina è comunque caratteristica e annovera specialità come i pizzoccheri, le tagliatelle di grano saraceno, i capunet (spätzli con gli spinaci) o la brasciadèla, un pane con l'anice a forma di anello a base di farina di segale e di frumento. Un tempo, questa forma particolare permetteva di infilarlo su un palo di legno e di appenderlo in orizzontale, fuori dalla portata dei topi.

## Regione del Gusto

Anche se non è molto estesa, la Valposchiavo offre caratteristiche molto variegata. Quello che viene chiamato la «bucunada», ovvero il boccone, illustra un aspetto particolare del modo di vivere tradizionale: un tempo costituiva lo spuntino di metà-mattinata dei contadini, che li rimetteva in forze fino a mezzogiorno dopo le fatiche mattutine nei campi.

Una visita guidata di due ore al Palazzo de Bassus-Mengotti e alla Casa Tomé permette di scoprire e di degustare la bucunada.

📍 **Codice QR per l'intero programma**



PADRINI DELLA SETTIMANA DEL GUSTO 2024

# Gian-Battista e Johann-Baptista von Tscharner



I viticoltori e castellani di Reichenau, Gian-Battista von Tscharner e suo figlio Johann-Baptista, sono i Padrini del Gusto e gli ambasciatori, insieme alla Valposchiavo, della Settimana del Gusto 2024

🍷 Testo, Paul Imhof © Foto, DR

**L**a Piazza Comunale del borgo di Poschiavo invita al relax come poche altre piazze di centri storici svizzeri. La sistemazione dei danni causati dalle inondazioni di luglio 1987 ha permesso al paese di adottare un piano di circolazione che fa del Poschiavino, il ruscello che attraversa la Valposchiavo, la divisione naturale fra il borgo e la strada principale. La piazza restaurata non è al 100% senza macchine, ma quasi. E' quindi possibile godersi l'aperitivo senza che le conversazioni siano coperte dal rumore dei motori.

A Gian-Battista von Tscharner piaceva la vecchia piazza, ma apprezza pure quella nuova: « Posso degustarci tranquillamente un bicchiere di rosso, dice il castellano e viticoltore

di Reichenau, sono molto legato allo stile di vita meridionale ». Sarà stato questo il motivo che ha convinto il padre e il figlio a diventare Padrini della Settimana del Gusto nella Valposchiavo? « E' una valle stupenda. La sua cucina è notevole e i suoi prodotti, 100% bio, sono ottimi! »

L'antica strada commerciale fra Coira e Tirano è oggi una strada del gusto. Prima di recarsi in piazza, Gian-Battista si ferma a Filisur, dove crescono le patate della valle dell'Albula, poi a Pontresina, dove un pasticciere tedesco ha creato la famosa Engadiner Torte negli anni '30. Nella sua baita a Valposchiavo, von Tscharner cucina i pizzoccheri, della pasta di grano saraceno. La polenta taragna – sempre a base di grano



saraceno – è preparata dalla famiglia di contadini che lavora nella baita.

La casa si trova poco sotto il passo del Bernina, sul versante della Valposchiavo. « Da bambino, ci passavo ogni anno fra 6 e 8 settimane di vacanze di fila, più qualche altra settimana », racconta Gian-Battista. « La madre di mio papà veniva da un'antica famiglia della Valposchiavo, gli Olgiati, e con mio padre ho scalato tutte le vette della zona, lassù ». Più tardi, suo figlio Johann-Battista ha anche lui « scoperto l'arrampicata e il trekking alpino, e dopo aver fatto la spesa a Poschiavo, mi aspettava sempre un gelato in piazza ».

« E' il nostro paradiso », riassume Gian-Battista. La strada verso questo eden è stata tracciata dal vino della vicina Italia. Proprio a Reichenau, dove il Reno anteriore e il Reno posteriore si ricongiungono, una volta i trasportatori cambiavano cavalli e si fermavano a mangiare al ristoro della dogana. « Gli veniva probabilmente servito un piatto grigionese semplice ma abbondante, accompagnato da un bicchiere di veltliner o di clevner », si legge nella cronaca del castello intitolata « Reichenau und seine Gärten » (« Reichenau e i suoi giardini »).

Veltliner, clevner, ovvero ... del nebbiolo. Ma il pinot nero, alias Blauburgunder ? Il re dei vitigni rossi dei Grigioni, della Signoria grigionese di Domleschg, non c'era ancora

In un mondo sempre più frenetico, è **bello sapere che certe cose non cambieranno mai.**



Formaggio svizzero è artigianato. Perché noi restiamo fedeli alle nostre tradizioni.



SPERIMENTATE DA VICINO  
IL MESTIERE DEL CASARO



Svizzera. Naturalmente.

**Il nostro Formaggio Svizzero.**  
[www.formaggiosvizzero.ch](http://www.formaggiosvizzero.ch)



alla metà del XVI secolo; ha raggiunto il Reno alpino nel secolo successivo, tramite le bisacce dei viaggiatori. Dal XIV secolo, era apprezzata la varietà bianca completer, che vive oggi una sorprendente riscoperta. Viene probabilmente dall'Italia, così come il nebbiolo, vitigno rosso che, secondo la guida Wine Grapes, viene menzionato per la prima volta come nibiol in un documento torinese nel 1266 ed è registrato in un testo del 1595 col suo sinonimo chiavennasca. Questo nome proviene dalla città situata ad ovest del Val Bergaglia, Chiavenna, e sembra quindi che questo vitigno sia stato piantato molto presto in Valtellina.

«Ovviamente, quando sono nella Valposchiavo, ordino del veltliner», dice Gian-Battista, anche se lui potrebbe attingere ai vini del castello di Reichenau: l'azienda produce ben sette tipi di Pinot nero. «Facciamo soprattutto vini con uva del territorio», sottolinea Johann-Baptista, che si occupa della vinificazione dal 2013. Abbiamo vigneti a Maienfeld, Jenins, Coira, Felsberg e Domat/Ems. Ma non a Reichenau: «Siamo troppo alti». Nei Grigioni, sopra 600 metri di altitudine, la vigna può essere coltivata solo per uso privato. Infatti c'erano ancora vigneti negli anni '60 a Brusio, nella parte inferiore della Valposchiavo, e Brusio si trova a 780 metri di quota.

Più giù, vicino a Campascio, si produce nuovamente vino della Valposchiavo dal 2009:

Piero Triacca ha piantato del sauvignon blanc su una piccola parcella di 2400 mq, e dal 2012, le uve vengono vinificate in Campà Valposchiavo sauvignon DOC. I viticoltori di Reichenau sarebbero forse tentati di estendere le loro attività sul versante sud delle Alpi?

E perché non coltivare la propria chiavennasca nel Reno alpino? Gian-Battista spiega: «Lo fanno meglio di noi in Valtellina. Noi rimaniamo dove siamo». Johann-Baptista aggiunge: «Da noi, fa troppo freddo per il nebbiolo». E il riscaldamento climatico? «Non basta. Approfittiamo poco del cambiamento climatico, perché d'autunno le notti sono sempre fredde. Ed è quello che ci salva. I pinot nero 2022 saranno molto eleganti».

Insomma, padre e figlio sono felici di rappresentare un'esclusività che esiste solo nei Grigioni: dei vigneti su entrambi i versanti delle Alpi, nello stesso cantone. Il loro vino sarà accompagnato da un affettato misto a chilometro zero, composto da mortadella e furmagin da cion (una specie di pâté granuloso di carne), da coppa, slinziga (salume di carne bovina simile alla bresaola), salame e misolti (salametti morbidi), e poi da formaggio d'alpe servito con la brasciadèla, un pane a forma di anello a base di farina di segale e frumento, insaporito con l'anice. 100% Valposchiavo.

🌐 reichenau.ch



### Mémoire des Vins Suisses

L'Associazione Mémoire des Vins Suisses è stata fondata nel 2004 con l'obiettivo di dimostrare il potenziale di invecchiamento dei vini svizzeri.

Fra le prime aziende vinicole figurava il vigneto von Tschärner a Reichenau, il cui vino di riferimento è il pinot nero Gian-Battista di Coira. Ogni anno vengono conservate in

cantina 60 bottiglie di questo nettare. Grazie a degustazioni regolari, si può seguire l'invecchiamento delle annate anno dopo anno. Durante la cena annuale dell'Associazione del 2014 al Lausanne Palace, il pinot nero di Coira 2000/2009 si è perfettamente abbinato ad un maialino di Ormalingen in due cotture, dimostrando così quanto questa idea sia vincente.

🌐 mdvs.ch

# Dei cereali a filiera corta

Testi, David Moginier © Foto, DR

**A**ccanto alle grandi colture tradizionali di cereali, gli agricoltori della Svizzera francese moltiplicano i progetti e le coltivazioni particolari. L'occasione di uscire fuori dagli schemi e di sviluppare dei prodotti vicini ai consumatori.

Il marchio regio·garantie è presente in tutta la Svizzera. regio·garantie Romandie raggruppa i marchi dei sei cantoni della Svizzera francese e della parte francofona del canton Berna. Questo marchio garantisce ai consumatori degli alimenti o delle bevande prodotti nel proprio cantone. Un modo per favorire la produzione a filiera corta e limitare i trasporti, a favore della natura e del clima.

Con i prodotti locali, il consumatore ha anche una garanzia di qualità ed autenticità, oltre alla certezza di seguire il ciclo naturale delle stagioni. Nel rispetto assoluto delle norme ecologiche e del benessere animale. Il marchio comprende un'alta proporzione di prodotti IP-Suisse e biologici. Infine, garantisce posti di lavoro nella regione, sia nella produzione che nella trasformazione dei prodotti.

Scegliendo un esempio fra i 16 000 prodotti a marchio « regio·garantie », ecco i cereali che sette produttori delle varie regioni hanno coltivato o trasformato con soluzioni innovanti.



## Dalla terra al mulino

A Vouvry, la famiglia Knecht sostiene da sempre la coltivazione biologica. « Avevamo iniziato nel 1997 a Leysin, e quando abbiamo rilevato l'azienda qui nel 2011, l'abbiamo convertita. » Su una sessantina di ettari, il figlio David, che oggi dirige l'azienda, coltiva tanti tipi di cereali, dal frumento moderno a quello antico (proveniente da Lens), tre tipi di mais, del frumento monococco, del frumento selvatico, della segale, due tipi di orzo, del grano saraceno, del farro, del triticale. « Il frumento monococco è un cereale stupendo da lavorare, tutto nelle tonalità di verde, spiega suo padre Max. Inoltre, il suo profumo è straordinario, sia nel campo che nel mulino. Il triticale invece è facile da coltivare e permette di realizzare pani squisiti. »

Gli Knecht hanno comprato un mulino di pietra Astrié per macinare i loro cereali. Producono tanti tipi di farina che vendono nel negozio della fattoria e ai panettieri che cercano farine particolari. Max fa parte del club Grain au Pain, dove i soci scambiano esperienze per migliorare ulteriormente i prodotti.

→ Domaine de la Grande Île  
Route des Barges 45  
1986 Vouvry (VS)



regio·  
garantie

## Cento anni di vendita in fattoria

« Quando sento dire che la vendita in fattoria è una novità, mi vien da ridere », spiega Quentin Ducommun. « Da noi lo facciamo da oltre cento anni ». Quarta generazione di questa azienda di Neuchâtel, l'agricoltore è passato al biologico nel 2017, anche se già prima usava pochi trattamenti. Moltiplica le piccole produzioni sui suoi 45 ettari di terreno per rifornire il negozio in fattoria dove vende la maggior parte della sua produzione, dalle patate alle mandorle, dalle cameline alle noci, etc. Quello che avanza viene venduto in due-tre alimentari della zona.

Su 4 ettari, Ducommun coltiva grano tenero e grano duro, farro, segale e mais da polenta. Fa poi macinare tutto da un suo collega a Geneveys-sur-Coffrane che ha due mulini, uno di pietra che serve ad esempio per la polenta, uno a cilindri per il grano. « Con gli avanzi nutriamo le nostre galline, di cui vendiamo le uova in fattoria, o le nostre oche con le quali produciamo filetti affumicati e paté di carne. »



→ Domaine des Prés d'Areuse  
Route du Lac 11  
Areuse (NE)

🌐 [aux-pres-de-chez-vous.ch](http://aux-pres-de-chez-vous.ch)



## La diversità vegetale come credo

« Per rispondere alla sfida climatica, gli agricoltori e le agricoltrici della regione coltivano una moltitudine di grani alimentari adatti a tutte le condizioni. L'agricoltura del futuro sta nella diversità! » Ignace Berret gestisce AgroCentre, la Società cooperativa agricola di Courtételle e dintorni, che riceve la produzione di una novantina di soci della regione.



Creata nel 1915, la cooperativa si occupa del ricevimento, smistamento e stoccaggio di 2000 tonnellate di cereali che vengono poi vendute. Ma dal 2021 si è specializzata in un secondo mercato, su richiesta di diversi dei suoi membri, ovvero la selezione dei semi alimentari, una quarantina di tipi che vanno dal chia all'amaranto, dalle lenticchie ai fagioli bianchi.

La cooperativa ha anche avviato un negozio dal nome significativo, Kilomètre Zéro, per promuovere l'agricoltura a filiera corta. Vi si trovano ovviamente i semi alimentari, gli olii che ne vengono ricavati e tutta una serie di prodotti regio-garantie.

→ AgroCentre  
Rue du Vieux-Moulin 1  
2852 Courtételle (JU)

🌐 [agrocentre.ch](http://agrocentre.ch)





## Alla quinoa piace il Gibloux

La fattoria della famiglia Chassot alleva mucche da latte e fa grandi coltivazioni su 55 ettari. Baptiste, che ha rilevato l'azienda, ha avviato con il fratello Samuel una produzione di cereali alternativi e creato il proprio marchio, la Ferme des Pierres. Hanno anche aperto un negozio direttamente in fattoria, dove questi cereali si ritrovano accanto alla carne lavorata in loco e altri prodotti.

Nel 2018 hanno iniziato a produrre la quinoa bianca, un seme portato dal Sudamerica e conosciuto per le sue eccellenti qualità nutritive. Anche se coltivavano già grano, orzo, colza e mais, seminare la quinoa nelle colline submontane del Gibloux non era cosa facile perché mancava la documentazione su questa coltura. Ma ormai la tonnellata e mezza che raccolgono fra fine agosto e metà-settembre si vende bene, sia nel loro negozio che negli alimentari che riforniscono. Oggi hanno aggiunto alla loro produzione l'avena nuda, il farro e il grano saraceno.

→ Ferme des Prés  
 Champ des Pierres 2  
 1694 Villargiroud (FR)

🌐 [fermedespierres.ch](http://fermedespierres.ch)

**FRIOURG**  
 regio•garantie

## Panettiera per passione

Un'azienda agricola a 1000 m di quota a Mont-Tramelan non è forse il luogo ideale per vaste coltivazioni. Eppure è qui che Beat e Nadine Gerber producono una tonnellata di grano e allevano una trentina di mucche da latte. Tutto è cominciato con la voglia di Nadine di fare il proprio pane. Per prima cosa, recuperano da un'anziana signora della valle un forno e un'impastatrice, poi cominciano a mettere le mani in pasta. I Gerber seminano poi il grano, per fornire il neonato panificio che pian piano si fa conoscere. A tal punto che l'alimentari Autrement di Tramelan, che ha appena aperto, gli chiede di rifornirlo. Infine, ottengono il marchio Parchi svizzeri del Parco regionale Chasseral.



Nadine sforna due volte a settimana otto o nove tipi di pane. Per la treccia e i panini dolci, usa anche il suo latte e il suo burro, trasformato nel caseificio Fromagerie des Reussilles. La segale proviene dal Moulin du Torrent di Cormoret, dove macina il suo grano. Infine, il farro arriva dall'Hospice le Pré-aux-Bœufs di Sonvilier.

→ Nadine e Beat Gerber  
 Les Vacheries Bruniers 22  
 2723 Mont-Tramelan (BE)

**Grand Chasseral**  
 regio•garantie



## Saper diversificare i prodotti locali

Julien Bugnon ha ripreso l'azienda di famiglia a Cottens nel 2010, ma presto ha cercato di proporre prodotti particolari e di distribuirli il meglio possibile. Con i suoi soci ha creato Dicifood per vendere a privati la sua produzione, insieme ad alcuni prodotti di altri agricoltori vodesi. Il suo approccio sostenibile e responsabile mira a diversificare i prodotti, passando dalla senape alle nocciole, dalle noci alle lenticchie, che vende sia nei supermercati che in diversi alimentari.

Parlando di cereali, lui stesso ne coltiva meno di 100 tonnellate. Al primo posto, troviamo la quinoa bianca (con due colleghi), seguita dal grano saraceno con il quale produce anche farina per crêpe. Seguono l'orzo perlato, il sorgo, il miglio, il mais da polenta. Ha poi aggiunto il farro ma ha dovuto rinunciare al bulghur, visto che il mulino che macinava il suo grano duro è fallito. « È bello offrire produzioni diversificate ai consumatori, ma è anche interessante dal punto di vista agronomico. »

→ Dicifood  
Chemin du Vieux Réservoir 7  
1116 Cottens (VD)

🌐 [dicifood.ch](http://dicifood.ch)



## Un piede nel mulino, l'altro in fattoria

E' stato Laurent, il figlio di Bernard Vulliez, che ha avuto l'idea di dotare la fattoria di Vignolles di un mulino a pietra all'antica per produrre farina con i cereali di suo padre. Quest'ultimo è a capo di un'azienda agricola di 120 ettari nella campagna ginevrina, divisa in tre attività di pari importanza: la vigna, di cui consegna l'uva alla Cave de Genève, l'allevamento di mucche per la carne e le grandi coltivazioni.



La piccola attività di Laurent è ancora modesta, ma ha sviluppato una sua specialità, facendo crescere un'antica varietà di frumento trovata all'Istituto di ricerca agricola di Changins. Questo frumento antico integrale, chiamato frumento rosso di Marchissy, contiene pochissimo glutine ed è quindi ideale per fornire agli intolleranti una farina adatta a loro. È la punta di diamante dell'attività, insieme ad una farina bianca e una semi-bianca, anch'esse artigianali. Le farine sono in vendita diretta in fattoria o presso due panettieri della zona, Arnaud Loisel a Peney e i panifici Ruckstuhl.

→ Domaine de Vignolles  
Route de Champvigny 6  
1242 Satigny (GE)

🌐 [vignolles.ch](http://vignolles.ch)





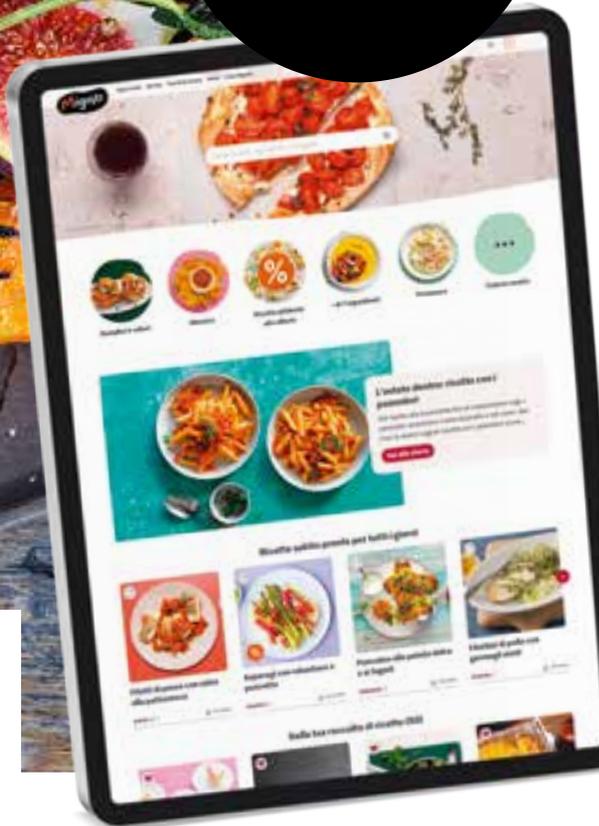
**Migusto**

**Ispirazione per le tue ricette  
a portata di clic?**

Dai  
un'occhiata su:  
[migusto.ch](http://migusto.ch)

**MIGROS**

Di più per la Svizzera



FORMAGGI

# Valorizzare la genuinità elvetica



**La tradizione e la qualità rimangono i punti di forza del formaggio svizzero all'estero, malgrado il suo prezzo elevato. Esperienze come la degustazione di un vino Dézaley con un Vacherin Mont-d'Or AOP fanno la differenza.**

📄 Testo, Alexandre Caldara © Foto, DR

**C**irca il 45% del latte svizzero viene trasformato in oltre 700 specialità casearie diverse. Quasi il 40% di questi formaggi – soprattutto quelli a pasta dura e semi-dura – viene esportato in più di 70 Paesi. Il mercato principale per i formaggi elvetici rimane l'Europa, verso cui finisce l'82% dell'intero volume di formaggio esportato ovvero 60'153 tonnellate. La tradizione, la lavorazione artigianale, la qualità svizzera e la genuinità sono considerati valori più che mai attuali. Valori che possiamo ritrovare nei formaggi a marchio AOP (denominazione di origine protetta) prodotti nei caseifici di campagna. Il nostro Paese si distingue in particolare grazie ai suoi allevamenti in piccole mandrie, al contrario di quanto avviene per le produzioni da allevamento intensivo, ad esempio negli Stati Uniti o in Olanda.

« I nostri prodotti svizzeri godono di una reputazione consolidata, la quale spiega la

domanda molto alta, a volte addirittura superiore alla produzione. Viene esportato oltre il 40% della produzione di Gruyère AOP e oltre il 68% di quella dell'Emmentaler AOP. Sono risultati notevoli, raggiunti malgrado un prezzo elevato all'estero dovuto, fra l'altro, al franco forte e al basso potere di acquisto dei Paesi limitrofi. Organizziamo numerose degustazioni nei nostri punti vendita all'estero così da poter mostrare il nostro valore aggiunto », spiega Monique Perrottet, Switzerland Cheese Marketing.

Campagne condotte insieme a Svizzera Turismo sottolineano il valore intrinseco dei prodotti dall'identità comune, come il cioccolato, l'orologeria o i vini locali. « La degustazione di un Dézaley con un Vacherin Mont-d'Or AOP oppure quella di un Appenzeller con un sidro si trasformano in esperienze indimenticabili », ci racconta Monique Perrottet.



## **A pasta molle e freschi: formaggi che si sciolgono in bocca**

Ancora poco conosciuti, i formaggi svizzeri a pasta molle e quelli freschi, come la mozzarella, vantano innumerevoli qualità e varietà di aromi. Si distinguono da altri prodotti europei per la preponderanza di latte crudo.

Perché questi formaggi svizzeri, che rappresentano il 18% del consumo di questo tipo di formaggio nel nostro Paese, rimangono così poco conosciuti? Eppure comprendono una grande varietà di formaggi di mucca, capra, pecora e si distinguono sia tra le croste fiorite, come il tomino Fleurette di Rougemont, sia tra le croste lavate, come il Vacherin Mont-d'Or AOP o addirittura tra i formaggi freschi, come la mozzarella 100% friburghese del caseificio Noula.

Monique Perrottet spiega: «Dobbiamo far conoscere questi ottimi prodotti dal gusto particolare, raccontare la loro storia che valorizza tutta l'economia locale. Se li assaggiate ne innamorate, che sia alle 10 di mattina, a merenda o per l'aperitivo...» Per usare termini da degustazione, Monique Perrottet fa un'analisi sensoriale di un tomino Fleurette:

«Si scioglie in bocca con aromi di fiori e di erbe, e profuma di fieno.»

Unico neo per ora, i formaggi a pasta molle non sono riuniti in consorzi efficaci come quelli del Gruyère AOP o del Vacherin Mont-d'Or AOP e non riescono ad adottare una comunicazione comune. «Rimangono prodotti di nicchia e ogni produttore ha la propria strategia», constata Monique Perrottet.

Ma, d'altro canto, i formaggi a pasta molle possono vantare la qualità del loro latte crudo al 100% svizzero proveniente da mucche nutrite con foraggi non insilati. «Non si parla abbastanza del fatto che i nostri grandi concorrenti esteri producono formaggio con del latte proveniente da tutta Europa.» I formaggi a pasta molle possono anche vantare la sicurezza alimentare tipica della Svizzera, che possiede un codice di deontologia secondo il quale i produttori rinunciano volontariamente agli additivi. «In questo modo, possiamo mangiare la crosta di tutti i formaggi e possiamo anche perpetuare la tradizione di finire la fondue svizzera gustandola fino alla religieuse (la crosticina di formaggio che si forma in fondo al caquelon)», sorride Monique Perrottet. Insomma, pasta molle, ma carattere deciso!

## 1000 formaggi in gara

Gli Swiss Cheese Awards premiano ogni due anni le migliori specialità casearie svizzere. La loro tredicesima edizione si svolgerà in due parti, con la novità di una preselezione a Berna il 20 settembre 2024 e la finale a Lugano il 4 ottobre. Più di 1000 formaggi parteciperanno alla preselezione che permetterà di scegliere 32 nominati in altrettante categorie; dal 4 al 6 ottobre a Lugano, verranno poi proclamati i tre campioni svizzeri. La giuria è costituita da oltre 150 professionisti del settore caseario e della ristorazione nonché da giornalisti.



## Chalet in legno sul lungolago

Cheese-festival accoglie e organizza il festival del formaggio, durante gli Swiss Cheese Awards, a Lugano direttamente sul lungolago, che sarà chiuso al traffico per l'occasione. Gli Swiss Cheese Awards saranno organizzati in concomitanza con la Festa d'Autunno che da anni richiama più di 50 000 persone nel centro cittadino. Per la vendita saranno predisposti degli chalet di legno che renderanno l'atmosfera ancora più suggestiva. I visitatori potranno assaggiare sia formaggi ticinesi che quelli provenienti da altri produttori svizzeri, elaborati da caseifici di paese o d'alpeggio.



## Il tagliere di formaggi, anche come aperitivo

Il concorso del tagliere di formaggi costituisce una categoria a parte agli Swiss Cheese Awards. Già presentato nel 2022 in Vallese, il concorso permette a 15 candidati di dimostrare il loro savoir-faire; si svolgerà il 4 ottobre. I criteri di valutazione comprendono in particolare la diversità di consistenza e la presentazione dei formaggi, la facilità della loro identificazione e il rispetto dell'igiene. Monique Perrottet fa notare che il tagliere di formaggi è sempre più apprezzato per l'aperitivo.

 [swisscheesemarketing.ch](https://www.swisscheesemarketing.ch)



# PATRIMOINE

*Vous êtes la Loterie Romande*



**JOUER, C'EST AUSSI SOUTENIR.  
GRÂCE À VOUS, LA LOTERIE ROMANDE DISTRIBUE CHAQUE ANNÉE  
100% DE SES BÉNÉFICES À L'ACTION SOCIALE, AU SPORT,  
À LA CULTURE ET À L'ENVIRONNEMENT.**



Retrouvez tous les bénéficiaires

AOP-IGP

# La forza pura delle origini



Tre prodotti AOP su un solo piatto : Boutefas, Sbrinz  
e Pain de seigle valaisan.

🌐 Testo, Paul Imhof © Foto, DR

**A**llo scopo di preservare l'unicità della loro assiette valaisanne, i bar e ristoranti del Vallese hanno insistito per definire precisamente di quali prodotti deve essere composta. Nessuno la deve copiare, anche se in realtà è stata lei a trarre ispirazione da un modello: quello dell'assiette anglaise, composta da diversi tipi di carne fredda, fra cui il roastbeef, diventato un must della ristorazione alberghiera agli inizi del turismo.

Questi « antipasti misti », chiamati un po' banalmente kalte Plättli (piatti freddi) nella Svizzera tedesca, vengono in realtà proposti in tutto il paese, visto che i formaggi e la carne si trovano ovunque, dall'arrosto freddo alla salsiccia. Se non c'è una vera e propria specialità regionale, vengono serviti affettati misti (Aufschnittteller), quando invece ci sono specialità regionali o locali, sono i prodotti tipici ad essere proposti. Troveremo quindi del formaggio da cion e della slinziga in un antipasto misto della Valposchiavo, mentre in Ticino l'antipasto misto includerà mortadella di fegato, formaggelle e salame d'asino.

I tre prodotti AOP qui presentati formano un tritico particolarmente squisito, composto da prodotti che, grazie ai loro sapori decisi, occupano da sempre un posto privilegiato nelle loro regioni: il Pain de seigle valaisan, lo Sbrinz e il Boutefas.

🌐 aop-igp.ch

## AOP e IGP: qual è la differenza?

**AOP/DOP:**  
Denominazione di origine protetta

La denominazione AOP/DOP indica prodotti di cui tutte le tappe del processo di lavorazione sono state realizzate secondo un metodo e un savoir-faire riconosciuto in un'area geografica delimitata. Devono le loro caratteristiche ai fattori umani e naturali della loro regione di origine.

**IGP:**  
Indicazione geografica protetta

L'IGP distingue i prodotti di cui almeno una tappa del processo di lavorazione, generalmente la trasformazione, si svolge in un'area geografica delimitata.

## Sbrinz AOP

Questo formaggio a pasta dura proveniente dalla Svizzera centrale è una delle grandi icone della Svizzera, famosa in tutto il mondo per i suoi formaggi. Lo deve al suo gusto e alla sua originalità, paragonabile a quella del Gruyère AOP, del Vacherin Mont-d'Or AOP o del Formaggio d'alpe ticinese DOP fatto con latte di mucca e di capra.

Anche la sua storia è emblematica, perché lo Sbrinz è stato probabilmente il primo formaggio ad essere esportato. Le forme venivano trasportate sui muli, e per poter varcare uno o due passi alpini senza riportare danni, dovevano essere ben compatte.

Lo Sbrinz AOP è prodotto nei cantoni di Lucerna, Svitto, Untervaldo e Zugo. Viene lavorato partendo dal latte crudo nei caseifici d'alpeggio o di paese. Secondo il disciplinare, deve rimanere « almeno 15 giorni » nella salamoia. Non è quindi sorprendente che l'affinamento di questo formaggio lo veda trasformarsi dapprima in un blocco compatto, che diventa via via più friabile con la maturazione.



La stagionatura minima dello Sbrinz è di 18 mesi. Per chi saprà aspettare, il piacere sarà più intenso. A partire da 3 anni, se non dopo 8 anni o più, questo formaggio a pasta extradura ricompensa l'attesa con un « sapore fruttato, esaltato da aromi di cicoria torrefatta, con una nota leggermente aspra e speziata sul finale ». Per completare un piatto a base di Boutefas AOP freddo e di Pain de seigle valaisan AOP, lo Sbrinz AOP si serve idealmente a tocchetti.

🌐 [sbrinz.ch](http://sbrinz.ch)



## Boutefas AOP

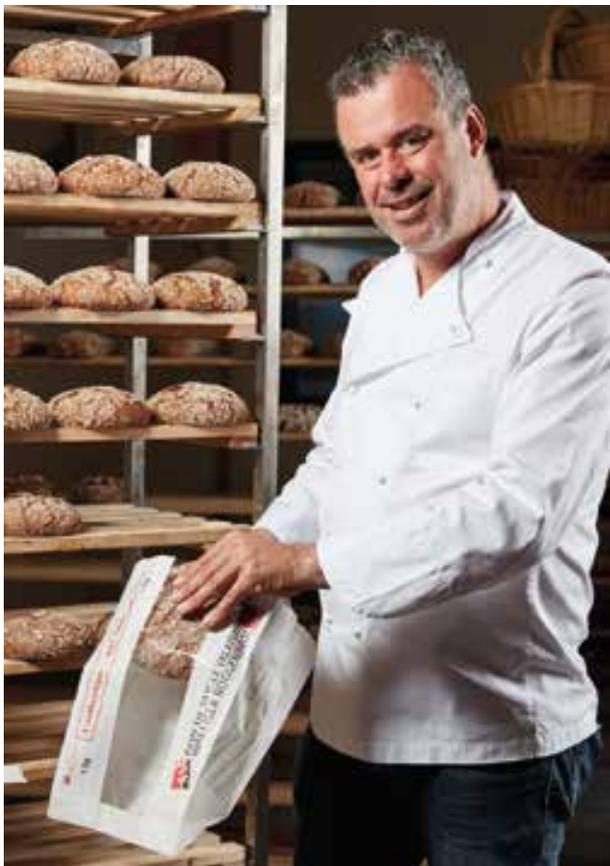
Le salsicce crude a maturazione interrotta come il Saucisson vaudois IGP o il Boutefas AOP sono tipici prodotti stagionali. Anche se oggi, con i frigoriferi in ogni casa, la temperatura esterna non detta più ciò che si mangia, queste salsicce sono rimaste delizie da assaporare principalmente durante la stagione fredda, perché le tradizioni di una volta resistono ai progressi tecnologici.

Per il Boutefas AOP, le regole sono più rigorose che per il Saucisson, ed evidenziano un ostacolo tipicamente svizzero: se si volessero produrre solo salsicce preparate con carne di origine strettamente locale, non si riuscirebbe a soddisfare la domanda. Mentre per il Saucisson si può usare carne di maiale proveniente da tutta la Svizzera, per il Boutefas possono essere impiegati solo suini di specifiche razze svizzere, allevati nei cantoni di Vaud e di Friburgo (ad esclusione del distretto della Sense).

Condita con sale da tavola e nitrito di sodio, pepe, aglio e coriandolo, vinaccia e vino bianco della stessa zona geografica, la massa, composta al 65% di carne e al 35% di lardo, viene accuratamente impastata, insaccata nel budello naturale di maiale e infine affumicata a freddo.

Una salsiccia così, scalda il cuore. Se ci sono avanzi, si possono usare per farcire un panino o per preparare un antipasto misto.

🌐 [boutefasaop.ch](http://boutefasaop.ch)



## Pain de seigle valaisan AOP

Nell'antipasto misto tipico del Vallese, le star sono indubbiamente la Viande séchée du Valais IGP (una sorta di bresaola), il Lard sec du Valais IGP (lardo essiccato) e il Jambon cru du Valais IGP (prosciutto crudo), senza dimenticare il Raclette du Valais AOP (formaggio fuso) ed alcune fette di salame locale. Il Pain de seigle valaisan AOP (pane di segale) è il legame indispensabile fra tutte queste specialità tradizionali. Tagliato a fette sottili, spalmato col burro e condito con un po' di crescione o di erba cipollina, ricoperto da una sottile fetta di Viande séchée du Valais IGP, diventa una pura delizia con il suo lievito madre, che lo distingue dal pane prodotto nei panifici industriali.

Il terreno povero sul quale cresce la segale sembra quasi voler compensare la carenza di nutrienti con una forza che infonde al chicco il suo tipico gusto speziato. La segale mette radici profonde, cresce anche oltre i 2000 metri di quota, e può resistere fino a sei mesi sotto una fitta coltre di neve.

Il pane di segale vallesano non è l'unico pane della Svizzera, ma è di gran lunga quello più conosciuto e prodotto in maggiore quantità. Per tutte queste ragioni, i panettieri vallesani hanno tutelato il loro tesoro con una AOP nel 2002. Nell'inventario del patrimonio culturale svizzero, si trova, oltre al Pain de seigle valaisan, il Sensler Rua-Brot (pane « Rúa » della Sense), il paun sejel nella Valle di Müstair, la brasciadèla nella Valposchiavo o ancora la fiascia ticinese.

🌐 [painedeiglevalaisan.ch](http://painedeiglevalaisan.ch)

# L'orafo svizzero del tè



Creati dall'epicureo Jürg Stäubli, sotto l'egida di Swiss Fair Trade AG, con sede a Ecublens (VD), i marchi Chanoyu e Teabo propongono bevande non solo eccezionali, ma anche sostenibili.

Ⓜ Testo, Manuella Magnin © Foto, Sedrik Nemeth

**N**ell'universo del tè, c'è di tutto e di più. Dalle firme più prestigiose, principalmente parigine, alle bustine qualunque, che appartengono a grandi gruppi internazionali. Mancava un riferimento elvetico che si addicesse sia ad una clientela di intenditori particolarmente esigenti, sia a consumatori quotidiani che privilegiano il gusto e la qualità rispetto ai prodotti di consumo di massa. Un riferimento portatore di valori forti, improntati alla sostenibilità.

Questa lacuna è oggi colmata dai marchi Chanoyu e Teabo, lanciati da Swiss Fair Trade AG nel 2019, su iniziativa di Jürg Stäubli, uomo d'affari ben noto ed epicureo di alto rango. Appassionato del gusto, l'imprenditore rimaneva spesso a bocca asciutta all'ora del tè. Oggi Jürg Stäubli è particolarmente felice che sua figlia Sarah abbia

raggiunto la società in qualità di Marketing Manager. Sarà lei a prendere un giorno le redini delle attività di Swiss Fair Trade SA.

## La filosofia dell'eccellenza

Per rimediare all'assenza di professionisti specializzati sul mercato svizzero del tè, Jürg Stäubli ha scovato la perla rara. Valérie Peyre, Tea Master, si è infatti guadagnata una bella reputazione in questo mondo di intenditori. Può vantare 20 anni di esperienza nell'universo affascinante del tè. È lei che seleziona i migliori tè al mondo, crea le linee e le miscele dei due marchi.

Chanoyu deve il suo nome alla cerimonia tradizionale del tè in Giappone. Ispirandosi ai principi di questo rituale ancestrale, il marchio invita a coltivare l'armonia, il rispetto, la purezza e la serenità nel quotidiano, con



una vasta gamma di tè che si evolve nel corso delle stagioni.

« Per Chanoyu, lavoriamo esclusivamente su terreni d'altitudine della Cina, dello Sri Lanka, dell'India, del Giappone e di Taiwan, laddove le notti sono fresche e umide, e i giorni asciutti e caldi, in modo da ottenere i migliori profili organolettici », ci spiega la Tea Master, confidandoci che seleziona solamente le gemme e le prime foglioline degli alberi da tè, perché è con questi germogli dall'aspetto vellutato che si ottengono gli infusi migliori.

Per Teabo, gli alberi provengono anche da piccole piantagioni familiari, appartenenti a dei produttori che si attengono ad un disciplinare molto rigido in materia di etica, di rispetto dell'ambiente e di benessere



dei lavoratori. « I nostri tè Teabo sono tutti biologici, così come le nostre tisane e base di piante del Vallese. Per Chanoyu, sono bio al 90%. Dall'origine fino al confezionamento per i nostri clienti, teniamo molto alla purezza e alla sostenibilità », aggiunge Valérie.

### **Tracciabilità e purezza**

La tracciabilità dei tè è garantita da un organismo che controlla e certifica l'origine dei prodotti agricoli importati in Europa. Gli ingredienti (frutta, fiori e piante) che entrano nella composizione di alcune miscele sono 100% naturali, senza aromi artificiali.

Il packaging è ovviamente eco-responsabile. Riciclabile e compostabile per le bustine, in materiali sostenibili per le scatole: dall'inossidabile che preserva i sapori del tè al cartone per i cofanetti. Le scatole di metallo sono decorate con stampanti digitali che usano inchiostri senza solventi.

Il confezionamento delle bustine e dei cofanetti è curato da lavoratori appartenenti a categorie protette della Fondation Polyval. Una partnership portatrice di valori umani, che rafforza ulteriormente l'identità locale di Chanoyu.

### **Due marchi di riferimento per i professionisti**

Attenta alle aspettative del mercato ristorativo e alberghiero, Valérie Peyre mette le sue competenze al servizio del settore HORECA, sempre più in cerca di veri e propri concept attorno a questa bevanda dai mille segreti. Uno degli aspetti più importanti del suo lavoro consiste nell'aiutare i professionisti a ripensare il tè in modo diverso, creando ad esempio degli abbinamenti fra piatti e tè, o dei menù di tè adatti a vari ambienti. E le proposte non sono infatti le stesse per una spa, le camere di un hotel o un ristorante gastronomico.

Per sostenere i sommelier, Valérie dispensa formazioni, spiega i terreni, il tenore in polifenoli, l'astringenza di ognuna delle sue bevande, con un vocabolario molto vicino

a quello del mondo del vino. Si fidano di lei numerosi ristoranti di prestigio, quali La Réserve a Bellevue, Les Bergues a Ginevra, diversi locali di Philippe Chevrier sempre a Ginevra, l'Hôtel de Ville a Crissier, il Valrose a Rougemont, il Royalp a Villars, il Six Senses di Crans-Montana, o ancora la Maison Décotterd a Glion, per citarne solo qualcuno.

Chanoyu è inoltre partner del Bocuse d'Or Team Switzerland, delle Grandes Tables de Suisse, della Settimana del Gusto e dell'École hôtelière de Lausanne.

I tè del marchio Teabo sono molto diffusi negli alberghi a 3 e 4 stelle, nelle locande, nelle sale da tè, nei circoli sportivi. Vengono anche serviti nei ristoranti Migros gastronomie del cantone di Ginevra. In poche parole, sono amati da tutti coloro che prediligono un marchio elvetico, locale, bio e di qualità.

🌐 [chanoyu-tea.ch](http://chanoyu-tea.ch)

🌐 [teabo.ch](http://teabo.ch)

### **Cofanetti sublimi**

Si chiamano Namasté, Explore, Japon, Swiss, Grands crus, Winter tea, Summer vibes e Summer time. Questi cofanetti sono regali da farsi o da fare per un delizioso viaggio nel mondo del tè. Gli amanti del sigaro non si sentiranno trascurati, un cofanetto speciale è dedicato a loro. Contiene tè ovviamente, ma anche sigari. Ogni voluta di fumo si apprezza con un sorso d'infuso squisitamente abbinato.

BIO VAUD

# 30 anni passati a costruire un mondo diverso



L'associazione Bio Vaud spegne trenta candeline nel 2024.  
Malgrado l'evoluzione della società, i pionieri  
e i contadini bio di oggi condividono ancora gli stessi ideali.

⌚ Testo, Réane Ahmad © Foto, Charlotte Aeb

« La cosa che mi colpisce di più, è che siamo gli stessi uomini, le stesse donne di trent'anni fa », constata con emozione il neo-presidente di Bio Vaud, Gérald Huber, quando si guarda indietro. In un mondo che ha visto i contadini bio passare dall'essere considerati degli « eccentrici » ad acquisire lo status di professionisti riconosciuti, sono gli ideali di sempre a unire le generazioni: la preservazione della vita del terreno e della biodiversità, il rifiuto dei prodotti chimici, la resilienza ma anche la modernità. « Nell'ambito di Bio Vaud, affrontiamo con le autorità cantonali le stesse questioni che affrontiamo a livello nazionale con Bio Suisse. Cerchiamo di agire invece di subire, vogliamo costruire un mondo diverso. »

All'inizio degli anni '90, erano una manciata di contadini a rappresentare la Svizzera

francese presso il movimento bio nazionale. François-Philippe Devenoge, presidente fondatore di Bio Vaud, si ricorda: « Avevamo diritto solo a tre voti attraverso la cooperativa agricola ProGana. Ci è quindi venuta l'idea di creare associazioni cantonali per moltiplicare i voti, poi abbiamo anche ottenuto traduzioni in francese ». Oggi, Bio Vaud rappresenta la sesta forza fra gli enti soci di Bio Suisse, con il 5% dei delegati, e fa quindi da traino per tutta la Svizzera francese.

## **Dialogo con i soci e con il pubblico**

In quasi trent'anni, la superficie dei terreni dedicati all'agricoltura biologica nel Canton Vaud è passata da 767 ettari nel 1996 a 11 900 nel 2020, con una crescita dallo 0,7 all'11% della superficie agricola utile. Negli ultimi dieci anni, i soci di Bio Vaud sono raddoppiati, superando le 400



aziende. Un'evoluzione positiva che porta con sé una professionalizzazione della struttura, con la creazione di un ufficio per dare una mano al comitato. « Ma sempre gestito da agricoltori », precisa Gérald Huber. Uno dei punti di forza dell'organizzazione è la capacità di ascolto delle proposte provenienti dalla base, con la creazione di comitati aperti, di eventi e di dibattiti. Anche le persone o i negozi che non si occupano di agricoltura possono impegnarsi, diventando soci di BioConsummActeurs.

C'è sempre stata la volontà di avvicinarsi alla popolazione, all'inizio tramite la fiera Agrobiorama nell'ambito della Mednat Expo di Losanna. Dal 2016, l'evento annuale del biologico si è ampliato a Moudon, in primavera. Gérald Huber ne è felicissimo: « BioAgri e BioVino servono da pilastro per tutto l'anno, oltre ad essere una bella vetrina per farsi conoscere dal pubblico e incoraggiare anche altri attori del settore ad impegnarsi ». La firma, nel 2023, di una convenzione con le autorità del canton Vaud rafforza ulteriormente il riconoscimento dell'agricoltura biologica e il ruolo di Bio Vaud come ente di riferimento. L'associazione coordina trentatré progetti per dinamizzare la promozione, la ricerca e lo sviluppo del biologico nel cantone.

- 🌐 [biovaud.ch](http://biovaud.ch)
- 🌐 [bioconsommacteurs.ch](http://bioconsommacteurs.ch)

## Date chiave

### 1981

Fondazione dell'« Associazione svizzera delle organizzazioni per l'agricoltura biologica » (VSBLÖ), che diventerà Bio Suisse nel 1997. Registrazione del marchio Gemma.

### 1992

Riconoscimento dell'agricoltura biologica da parte della Confederazione.

### 1994

Creazione di Bio Vaud, che conta 19 soci, e primo mercato bio Agrobiorama a Losanna.

### 1998

Entrata in vigore dell'Ordinanza sull'agricoltura biologica e pubblicazione del primo « Elenco dei produttori biologici vodesi ». Creazione di bio.inspecta, azienda di controllo e certificazione indipendente.

### 2016

Prima edizione della fiera agricola BioAgri e salone del vino BioVino a Moudon.

### 2023

Firma di una convenzione fra Bio Vaud e le Autorità del Canton Vaud a favore dell'agricoltura biologica (circa 800'000 franchi all'anno per cinque anni).

### 2024

2024 Festeggiamenti dei 30 anni di Bio Vaud, che conta 414 soci.

DEMETER

# Nel ciclo dell'arcobaleno



**Vivace e colorata come un arcobaleno, così è la fattoria di Christine e Cédric Chezeaux. Gestiscono la loro Ferme Arc-en-Ciel a Juriens, nel canton Vaud, secondo i principi della biodinamica.**

Ⓜ Testo e foto, Patrick Schellenberg

« Parla con loro, gli devi spiegare di che si tratta », ecco la parola d'ordine che Cédric Chezeaux dà a sua figlia Isaline. La liceale si esercita con le capre in vista della salita sull'alpeggio, prevista a breve. Questi animali, molto curiosi ma anche facilmente impressionabili, devono imparare a spostarsi in gruppo, tenendosi a distanza dai recinti elettrici.

Cédric Chezeaux parla con grande naturalezza ai suoi animali. « E' importante per me essere schietto con le mie bestie. Quando una mucca deve andare al macello, ne parlo con lei diversi giorni prima. Le spiego cosa la aspetta. E lei si tranquillizza. »

## **Vivace diversità**

L'agricoltore gestisce con la sua famiglia la fattoria Arc-en-Ciel, a 800 metri di quota,

ai piedi del Giura. L'arcobaleno, che ha dato il nome alla fattoria, simboleggia la vivace varietà dei rami operativi. Questa eterogeneità è anche vissuta nei rapporti interpersonali. La fattoria si nutre di una stretta collaborazione tra individui diversi, che contribuiscono con i loro diversi talenti.

L'azienda conta mucche che allattano, capre, ovini, maiali e galline. Su una trentina di ettari, Cédric Chezeaux coltiva diverse varietà di cereali moderni ed antichi, che trasforma in farina direttamente sul posto.

## **Più di una semplice fattoria**

Il termine « fattoria » è riduttivo. Arc-en-ciel è anche un mulino, un caseificio, un negozio di paese e la casa di una famiglia numerosa. Christine e Cédric Chezeaux hanno sei figli, di cui due lavorano anch'essi nell'agricoltura.

Nicola, il padre in pensione di Cédric, si occupa del mulino, mentre Christine lavora presso il nido Waldorf del comune di Crissier, non lontano da casa.

Mentre Cédric lavora il latte delle sue capre nel caseificio della fattoria, suo padre Nicola sorveglia i tre mulini poco distanti. Suo figlio Samuel versa il compost inoculato con dei

preparati biodinamici sul grande prato. Sua figlia Isaline si prende cura delle capre, assicurandosi che fili tutto liscio. E il loro collaboratore Fernando sostituisce due prese difettose.

Nel mulino, Nicola Chezeaux trasforma in farina diverse varietà moderne e antiche di frumento, di spelta, di frumento selvatico, di piccolo farro, di segale e di grano saraceno – in totale circa 100 tonnellate all'anno. Tre mulini speciali, con la mola di pietra, macinano i semi con grande delicatezza, grazie ad una tecnica ingegnosa. Il germe e gli enzimi dei cereali rimangono nella farina. Ne risultano farine eccezionali dal punto di vista gustativo e nutrizionale, molto apprezzate dai panifici specializzati della regione.

#### **Un circolo chiuso**

Nel caseificio, Cédric versa il siero nei bidoni del latte. Quando, poco dopo, arriva dai maiali, loro fanno salti di gioia. Gli animali adorano questo sotto-prodotto della lavorazione del formaggio. Cédric spiega: « La nostra fattoria funziona come un grande circolo chiuso. I residui della lavorazione del formaggio e della farina servono a nutrire gli animali, che dormono sulla paglia, frutto della coltura dei cereali. E il loro letame, a sua volta, assicura la fertilità dei nostri terreni. »

🌐 [fermearcenciel.ch](http://fermearcenciel.ch)



#### **100 anni di innovazione**

L'agricoltura biodinamica festeggia nel 2024 un secolo di esistenza. Demeter è sinonimo di un'agricoltura in perfetta armonia con la natura.

La fiorente storia del più antico marchio di qualità per i prodotti biologici è iniziata nel 1924 a Koberwitz, nell'attuale Polonia. In un'azienda agricola, Rudolf Steiner ha tenuto un ciclo di conferenze, gettando così le basi dell'agricoltura

biodinamica, i cui prodotti sono commercializzati con il marchio Demeter.

Da allora, il movimento è cresciuto senza sosta. Solo negli ultimi dieci anni, la superficie coltivata biodinamicamente è aumentata del

57% nel mondo. Nel 2022, più di 7000 agricoltori e agricoltrici coltivavano una superficie totale di 255 000 ettari.

# Cereali, la grande storia dell'umanità



Attraversando i millenni e i continenti, i cereali sono testimoni dell'evoluzione della nostra alimentazione e del meraviglioso talento dei coltivatori che ci nutrono.

Ⓜ Testo, Manuella Magnin © Illustrazioni, Dora Formica

**P**ane, semola, muesli, pasta, biscotti, orzotto, polenta, riso saltato, risotto o paëlla ... Tutti questi piatti con cui ogni giorno ci deliziamo forse non sarebbero sulle nostre tavole senza l'incredibile talento dei coltivatori che ci nutrono da millenni.

L'importanza dei cereali per la sopravvivenza dell'umanità si rispecchia in alcune divinità, quali Cerere o Demetra. Ma prima di erigere statue, si è dovuto imparare ad ammaestrare la natura in ogni angolo del pianeta. Facciamo una panoramica.

## **Frumento, mais, riso, orzo ...**

Circa 10 000 anni fa, in Medio Oriente, l'uomo coltiva i primi cereali nati da incroci spontanei fra alcune graminacee selvatiche,

quali l'antenato del piccolo farro (frumento monococco) e l'antenato del farro (frumento selvatico). Un nuovo incrocio fra il frumento selvatico e una graminacea selvatica dà vita ad una nuova specie, che diventerà il grano tenero. Invece, dal farro selvatico deriverà il grano duro.

La storia del mais inizia invece 9000 anni fa, in un'alta valle del Messico. Il mais acquisirà un posto centrale nell'alimentazione dei popoli dell'America centrale e delle Ande. Scoperto dagli Europei per la prima volta nel 1492, viene portato in Europa da Cristoforo Colombo e la sua coltivazione comincia all'inizio del XVI secolo nella penisola iberica. Altri esploratori seguiranno il suo esempio, come Magellano e Jacques Cartier.

Le prime tracce di coltivazione del riso risalgono a ca. 5000 anni a.C. in Cina centrale. Questa coltivazione si diffonde successivamente verso l'India meridionale, in Corea, in Giappone, in Indonesia e in Thailandia. Si espande poi verso ovest, raggiungendo la Grecia grazie ad Alessandro Magno. Gli Arabi introducono il riso in Egitto e i Mori in Africa del Nord, poi in Spagna attorno al secolo XI da dove raggiungerà l'Italia. Saranno i Turchi invece a diffondere il riso nella maggior parte dell'Europa sud-orientale.

Anche l'orzo è fra i primi cereali coltivati dall'uomo. La sua domesticazione risalirebbe a oltre 10 000 anni fa in Mesopotamia. L'orzo ha presto acquistato un valore monetario nel regno dei Sumeri, diventando così la prima moneta della Storia. La storia delle varie coltivazioni di cereali nel mondo determina la nostra vita quotidiana. È all'origine della sedentarizzazione e del commercio, della diversità alimentare. Ne esistono tante varietà, da scoprire o riscoprire.

### La segale

Originaria dell'Europa centrale, la segale era particolarmente usata nelle zone dove il grano non cresceva, come nelle valli alpine.

Usata per preparare il pane. Dopo l'ammollo, può essere cucinata come un risotto. I suoi chicchi sono anche alla base di bevande alcoliche come il whisky o la birra.

### L'avena

Originaria dell'Asia e del Vicino Oriente. Molto presente nei paesi nordici da oltre 2000 anni.

Perfetta in porridge, muesli, per preparare biscotti di pastafrolla o barrette di cereali fatte in casa. L'avena nuda può essere cucinata come il riso.

### Il grano tenero

Coltivato già dal Neolitico in Medio Oriente, il grano tenero è stato il primo cereale domestico e consumato dall'uomo. La coltivazione del grano tenero si è estesa rapidamente in Asia centrale e in Africa fino a raggiungere l'Europa.

La farina di grano è presente in tutti i prodotti da forno. Serve anche per preparare alcuni tipi di pasta fresca all'uovo o gli gnocchi.

### Il farro selvatico

Un tipo di grano molto antico, coltivato da 10000 anni. Si accontenta di poche cure e cresce anche su terreni difficili.

Il suo sapore aromatico lo rende idoneo per la preparazione di pani particolari o della birra. Può essere cucinato come un risotto.

### Il farro

Le tracce più antiche di farro risalirebbero a 9000 anni a.C.

Consumato sotto forma di chicchi da cuocere (risotto) o come farina in molteplici ricette quali pane, biscotti di pastafrolla, crumble.

### Il grano duro

E' comparso attorno a 5000 a.C nella Mezzaluna fertile. La sua natura rustica ha fatto prevalere le regioni mediterranee come zona ideale di coltivazione.

Viene molto usato per preparare impasti alimentari. I diversi calibri di semola permettono di ottenere preparazioni quali bulgur (grano spezzato) e cuscus.



Il grano tenero

L'avena

Il farro selvatico

La segale

Il farro

Il piccolo farro

Il grano duro

## Senza glutine

### Il mais

Le pannocchie di mais hanno conquistato l'Europa grazie ai grandi esploratori della fine del XV secolo.

Il mais si distingue dagli altri chicchi di cereali per la sua misura più grande. Può essere di diversi colori, spaziando dal marrone al giallo, passando per il rosso, il viola e persino il nero.

Si consuma in insalata o grigliato. La semola di mais serve a preparare la polenta. La farina è usata per preparare alcuni tipi di pane.

### La quinoa

Sopranominata il riso degli Inca, la quinoa è un pseudocereale che proviene dagli altipiani della Bolivia e del Perù dove le sue prime tracce risalgono a oltre 5000 anni. I conquistadores spagnoli non hanno riportato la quinoa in Europa perché non era adatta alla panificazione.

Molto in voga da alcuni anni, si cucina in molteplici modi, come il riso, in insalata, o in zuppa.

### Il sorgo

L'origine geografica del sorgo corrisponde alla regione dell'Africa orientale che si estende dal Sahara all'Etiopia.

Il sorgo si cucina come il riso. Si abbina a tanti piatti dolci o salati.

### Il miglio

Un cereale rustico, diffuso in Africa e Asia. Si adatta bene alla siccità e ai terreni poveri.

Il miglio può essere cucinato come un risotto. E' senza glutine, ma non è adatto per la preparazione del pane.

### Il riso

Originario dell'Asia, la coltivazione del riso si è estesa all'Europa, all'America e al Sudafrica. Si contano oltre 8000 varietà di riso nel mondo.

Principalmente consumato in chicchi lessati in acqua, al vapore, in risotto, in paëlla, o in biryani dagli Indiani.

### L'amaranto

L'amaranto fa parte degli pseudocereali. Per secoli, è stato l'alimento principale degli Aztechi, degli Inca e dei Maya.

Il chicco si consuma cotto e si cucina mescolandolo con la pasta, la semola, il riso ... Può essere aggiunto alle salse o agli smoothies per renderli più consistenti.

### Il grano saraceno

Originario del nord della Cina, questo pseudocereale è poi migrato progressivamente verso ovest al ritmo degli spostamenti dei popoli.

La farina di grano saraceno viene usata in numerose ricette, dolci o salate, in particolare per le crêpe. I chicchi si cucinano come il riso.

### Il piccolo farro

Coltivato inizialmente nella zona geografica della Mezzaluna fertile, si è poi diffuso anche in Europa.

Si consuma cotto in chicchi. La farina serve a preparare pane o biscotti di pastafrolla.

### L'orzo

L'orzo è stato uno dei primi cereali ad essere coltivati. L'orzo mondato mantiene il germoglio e una parte della crusca, mentre l'orzo perlato è nudo e liscio.

Si cucina come il riso. Squisito se preparato come una zuppa cremosa.



# Crespelle al formaggio

📖 Testo, Manuella Magnin  
© Illustrazioni, Dora Formica

**N**ella Valposchiavo, la farina di grano saraceno è alla base di piatti tipici come i pizzoccheri o le crespelle, delle crêpe gratinate molto saporite.

Nei secoli scorsi, il grano saraceno era coltivato e consumato più che altro per necessità nella valle, dato che questo pseudocereale resiste bene al freddo. Da alcuni anni però, alcuni agricoltori lo stanno riscoprendo con ottimi risultati.

E adesso, tutti in cucina! Invece di preparare la solita crêpe bretonne, ci dedicheremo alle goduriose crespelle gratinate.



➔  
① Mescolare gli ingredienti dell'impasto e lasciarlo riposare coperto per 30 minuti.

👤 per 4 persone

🕒 ca. 45 min

## Impasto delle crespelle

200 g di farina di grano saraceno  
100 g di farina bianca  
5 dl di latte  
4 uova  
100 g di burro fuso  
1 cucchiaino di sale

## Besciamella

80 g di burro  
100 g di farina bianca  
6 dl di latte  
+ Noce moscata  
+ Pepe bianco, sale  
200 g di formaggio grattugiato a scelta

## Impiattamento

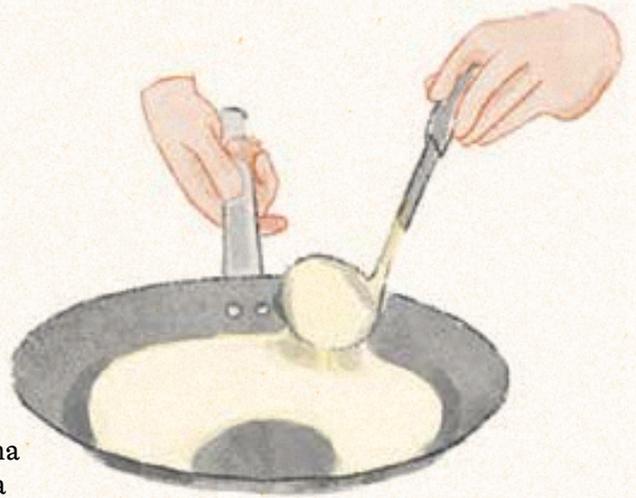
+ Burro fuso  
+ Rosmarino



② Preparare la besciamella. Far sciogliere il burro in una pentola. Aggiungervi la farina bianca senza farla imbrunire. Aggiungere il latte e mescolare finché non si addensa. Condire con noce moscata, pepe bianco e sale. Ritirare dal fuoco.

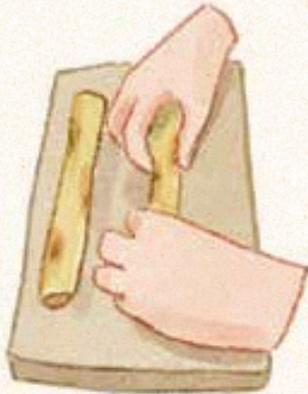


③ Aggiungere il formaggio e lasciarlo scogliere. Mettere da parte.



④ Cuocere le crêpe una a una in una padella unta col burro.

⑤ Ricoprire ogni crêpe di besciamella e arrotolarla.



⑥ Tagliare ogni rotolo in 4 pezzetti.



⑦ Preriscaldare il forno a 200°C. Disporre i pezzetti verticalmente in una teglia da forno unta col burro e cuocerli per 15-20 minuti.

⑧ Adagiare le crespelle su 4 piatti. Condire col burro fuso e decorare con qualche rametto di rosmarino. Buon appetito!



# La PuraSpelta è anche un cereale di montagna



**In un cantone montagnoso come i Grigioni, le due varietà di PuraSpelta che sono l'Ostro e l'Oberkulmer Rotkorn trovano condizioni ottimali per prosperare.**

⌘ Testo, Paul Imhof © Foto, DR

« Senza graminacee, non ci sarebbero cereali », scrive il biologo Peer Schilperoord nel suo libro *Sieben Getreide* (Sette cereali): né spelta, né frumento, mais, riso, avena, segale, miglio o orzo. I nostri antenati hanno scoperto che le piante erbacee erano nutrienti; hanno imparato a macinarle su delle pietre e ad aumentare la loro misura, selezionando le graminacee corrispondenti. In questo modo, è stato dato un ordine razionale alle prime operazioni e sono state selezionate alcune specie di erbe che, una volta coltivate, sono diventate delle varietà di cereali.

Ma non ovunque le cose andarono così. « L'Europa occidentale era troppo fertile per consentire la comparsa dei primi cereali », spiega Schilperoord, che ha dato alla cooperativa grigionese Gran Alpin, che ha a lungo diretto, l'input per diventare un

centro di competenze sui cereali di montagna. Secondo lui, lo scopo di una pianta è la propria sopravvivenza, e la sua strategia cambia a seconda delle condizioni ambientali. In una regione come la Mezzaluna fertile, che si estende fra il Sinai e il Golfo persico, fra il sud dell'Anatolia e il deserto siriano, le piante devono adattarsi a lunghi periodi di siccità. « In un tale ambiente, dove il periodo di crescita è limitato, le piante con chicchi grossi dipendono meno dalle condizioni ambientali perché hanno accumulato una riserva di nutrimenti. »

Il perfetto esempio di quella evoluzione è il frumento panificabile, che è stato introdotto in Europa e si è incrociato col frumento selvatico, anch'esso originario del Vicino Oriente. Il risultato è stato il farro, o spelta, nel quale le caratteristiche del frumento selvatico predominano. Questo nuovo cereale, diffuso in



Svizzera a partire da 2300 a.C., ha avuto un certo successo ma è stato sostituito da nuove varietà di frumento durante il secolo scorso. Nuovi incroci con il frumento moderno realizzati a partire dagli anni 1970 hanno prodotto varietà di farro più facili da coltivare e più produttive – ma anche meno saporite.

Negli anni 1990, le vie della spelta si sono divise. Le varietà antiche Ostro e Oberkulmer Rotkorn (il « chicco rosso di Oberkulm ») sono da allora gestite e protette dalla Comunità di interesse Spelta sotto il nome di PuraSpelta. Grazie al loro aroma speziato e alla loro digeribilità, questi due cereali d'origine stanno riconquistando terreno. Non sono diventati un prodotto di consumo di massa, ma sono rimasti un grano nobile (fu a lungo chiamato così), perfetto per la coltivazione in montagna. Lo si può coltivare su terreni mediamente compatti o

compatti, in ambienti relativamente ostili e fino a circa 1400 metri di quota. Da Gran Alpin, la PuraSpelta è certificata dal 2023.

#### **La PuraSpelta nella valle del Reno posteriore**

A Pignia im Schams, nella parte centrale della valle del Reno posteriore, Gian Demarmels coltiva la PuraSpelta da quattro anni a oltre 1000 metri di altitudine. La sua attività principale è l'allevamento di bovini da latte e di bestiame da macello, e i cereali costituiscono un reddito secondario, circa il 5%. Finora Demarmels coltivava l'orzo su 1,5 ettari di terreni arabili ma ora è passato alla PuraSpelta. « Mia moglie tollera meglio la PuraSpelta rispetto al frumento », ci spiega l'agricoltore. Un altro motivo che lo ha spinto a cambiare è il maggior potenziale della PuraSpelta, più resistente: « A primavera, i germogli coprono bene il terreno,



presso il mulino da mais di Näfels e la macinano in autonomia.

Giulio Scartazzini produce pasta per la propria linea (Scartazzini) e per Gran Alpin, essenzialmente dei pizzoccheri, a base di farina di grano saraceno. Per la pasta di PuraSpelta, utilizza farina integrale di PuraSpelta, mentre per i chrüsali (pasta corta ondulata sul lato) e gli spaghetti, usa farina bianca di PuraSpelta. « Mi ci è voluto un po' di tempo per familiarizzarmi con questa farina », spiega Giulio. « È una farina forte, dà una massa molto appiccicosa. Faccio porzioni piccole. La farina deve assorbire l'acqua, bisogna evitare il più possibile di impastarla, non lasciarla riposare troppo a lungo e lavorarla rapidamente. »

proteggendolo dalla secchezza. » Ci sono però dei problemi quando la coltre di neve persiste per più di 110-120 giorni e le piantine non ricevono luce.

Per quanto riguarda la rotazione delle colture, Demarmels semina la varietà Ostro dopo la fase di recupero del primo anno. « Ha un buon rendimento ma è abbastanza sensibile alle malattie, la cui eventuale comparsa è meno dannosa il primo anno dopo la pausa rispetto al secondo. A seguire semino l'Oberkulmer Rotkorn, una varietà più resistente, ma meno prevedibile: i suoi fusti possono raggiungere i due metri di altezza ».

Dopo la mietitura, Demarmels consegna la messe al centro di raccolta di Landquart. Da lì viene spedita a Näfels, al mulino da mais Landolt. I chicchi della spelta sono avvolti in un involucro chiamato gluma, che può essere rimosso solamente in un mulino specializzato, come appunto quello da mais.

#### **Pasta di PuraSpelta della Val Bregaglia**

A Promontogno, nella Val Bregaglia, la famiglia Scartazzini utilizza il suo mulino dal 1864. Costruito nel XVII secolo sulle sponde della Maira, ha conservato, in parte grazie ad una piccola centrale idroelettrica piuttosto antica, il suo carattere storico. Gli Scartazzini si riforniscono di spelta sgusciata

Secondo Scartazzini, durante la lavorazione dell'impasto emana un profumo molto dolce. E qual è il gusto del prodotto finito? Contrariamente alla normale pasta a base di grano duro, sprigiona un aroma unico, potente, granuloso. « È soprattutto nei chrüsali e negli spaghetti che si apprezza meglio l'unicità del gusto della spelta. »

- 🌐 [puraspelta.ch](http://puraspelta.ch)
- 🌐 [granalpin.ch](http://granalpin.ch)
- 🌐 [molinoscartazzini.ch](http://molinoscartazzini.ch)





# Pizokel di PuraSpelta con cavolo kale

👤 Per 4 persone

🕒 ca. 45 min

Tempo di lievitazione : ca. 30 min

## Pizokel (gnocchi dei Grigioni)

200 g di farine semi-bianca o semi-integrale di PuraSpelta  
150 g di farina integrale di PuraSpelta o di farina di grano saraceno  
1 cucchiaino di sale  
+ noce moscata  
ca. 2 dl di latte  
3 uova

## Verdure

2 cipolle rosse a fette  
1 spicchio d'aglio schiacciato  
2 cucchiaini di burro  
350 g di cavolo kale  
2½ dl di brodo di verdure  
50 g di burro  
+ Sale, pepe macinato fresco

## Per condire

70 g di formaggio di montagna grattugiato  
100 g di fette grigliate di pancetta o di prosciutto crudo  
Foglioline di cavolo, se piace

- ① Per l'impasto dei pizokel, mescolare la farina, il sale e la noce moscata in un recipiente, formare una fontana. Versare il latte e le uova al centro e mescolare brevemente fino ad ottenere un composto liscio. Coprire e lasciar lievitare per 30 minuti.
- ② Preparare le verdure. Saltare aglio e cipolla nel burro, aggiungere il cavolo kale e saltarlo leggermente, sfumare col brodo di verdure e cuocere finché il cavolo non si sarà ammorbidito. Aggiungere un po' di burro e condire con sale e pepe. Conservare al caldo.
- ③ Preparare i pizokel. Per prima cosa, portare a ebollizione abbondante acqua salata in un pentolone. Disporre poi un po' di impasto su un tagliere inumidito, ritagliare porzioni di pizokel da buttare via via nell'acqua bollente. Appena vengono a galla, toglierli

dall'acqua aiutandosi con una schiumarola e tenere al caldo.

- ④ Adagiare i pizokel e le verdure su piatti riscaldati, condire col formaggio, la pancetta o il prosciutto, e foglioline di cavolo.

## Consigli

Il cavolo kale è frutto di un incrocio fra il cavolo piuma e il cavolo di Bruxelles. Se si lessa e poi si sciaqua con l'acqua fredda, rimane di un bel verde brillante; se lo si cuoce in un brodo di verdure, assume un colore tra il blu e il verde scuro. Si può sostituire il cavolo kale con cavolo riccio, cavolo piuma o spinaci. I pizokel possono anche essere conditi con fette di cervelas (wurstel) grigliate.

🌐 Ancora più ricette :  
[puraspelta.ch](http://puraspelta.ch)

Svizzera. Naturalmente.



# Buon appetito!



**Per un'ottima ragione: Carne Svizzera.**

Perché la Svizzera offre i presupposti migliori affinché i produttori di carne possano lavorare secondo modalità rispettose degli animali e dell'ambiente. Ulteriori informazioni sono disponibili su [schweizerfleisch.ch](http://schweizerfleisch.ch)



La raffinata differenza.

1949 - 2024

CAFFÈ  
**CHICCO DORO**



## Cibo e tanto altro in fattoria!

Non sono soltanto le deliziose prelibatezze, ma anche la posizione magnifica dei tanti ristoranti in fattoria che vi garantiranno autentiche immersioni sensoriali in piena natura, circondati da prati e campi. Aggiungeteci l'atmosfera incomparabile della sala da pranzo contadina (Bauernstube in tedesco) o del fienile (Schüür) che ospita il ristorante della fattoria. E durante i caldi mesi estivi, i nostri contadini e contadine vi accolgono in giardino o sulle soleggiate terrazze.

Il legame speciale tra chi vi accoglie e gli ingredienti impiegati in cucina vi conquisterà. Nessuno conosce i propri prodotti meglio di chi li coltiva: se ne sono presi cura per mesi, dalla semina al raccolto, e ve ne sveleranno tutti i segreti.

 **Maggiori informazioni sul sito: [www.myfarm.ch/gastronomie](http://www.myfarm.ch/gastronomie)**



→ **Biohof Zug: Café Schüür 59 – Biohofzug, Zug**



## La quinoa, tornata alla ribalta grazie al commercio equo

I «Magasins du Monde» (Botteghe del Mondo) festeggiano 50 anni. Nel 1974, sono stati fra i pionieri del commercio equo-solidale, un concetto oggi noto in tutto il pianeta!

Per far cambiare le cose, i Magasins du Monde non sono mai venuti meno ai propri principi, e vogliono dimostrare che il modello del commercio equo funziona e permette progressi importanti, nei paesi del Sud del mondo come in quelli del Nord.

La quinoa ne è un esempio. Come per tutti gli i prodotti venduti nei Magasins du Monde, ha una storia: è grazie al commercio equo che questo pseudo-cereale, vietato alla coltivazione dai conquistadores e quasi sparito nelle Ande, ha suscitato un nuovo interesse ed è tornato ad essere consumato anche dalle popolazioni locali.

 **Partecipate alla festa!**  
[www.mdm.ch](http://www.mdm.ch)

## Restiamo uniti, come un campo di grano!

Una spiga di grano, da sola, si piegherebbe al minimo alito di vento e non resisterebbe alle intemperie. Insieme alle altre spighe, il campo di grano diventa omogeneo, compatto e più resistente alle insidie climatiche.

Per i contadini, è un po' la stessa cosa: senza l'appoggio e il sostegno dei colleghi e dei consumatori, l'agricoltura si piegherebbe sotto il

rullo compressore della grande distribuzione.

Un rullo potente, protetto dalla politica, alla cui forza è difficile resistere. Il contadino si ritrova falciato dalle pratiche commerciali sleali e si fa costantemente beffare.

Quest'analogia col campo di cereali sottolinea l'importanza della lotta collettiva e della necessità di muoversi insieme per assicurare un avvenire alle persone che producono il nostro cibo. Perché se la grande distribuzione si appropria del grano, non è per farci il pane. Allora restiamo dritti e

ferri come spighe e senza paura: per il nostro avvenire, abbiamo bisogno di... GRANO!

→ **Alberto Silva**  
**agricoltore e segretario politico Uniterre**

 [uniterre.ch](http://uniterre.ch)

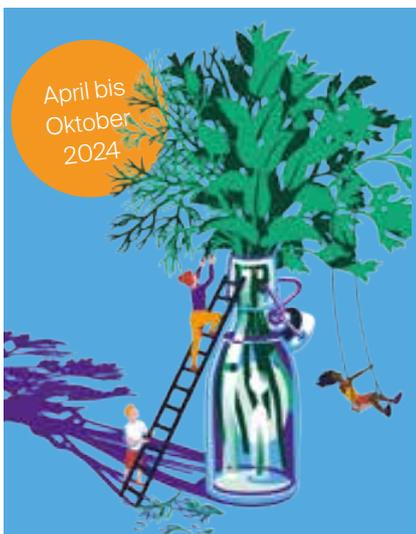


CITTÀ DEL GUSTO  
E VILLAGGI ALPINI DEL GUSTO

# Una Rete per il Mangiar Bene

## Friburgo, Città del Gusto 2023

Capitale di un cantone orientato da secoli verso una produzione alimentare di qualità, Friburgo si conferma ambasciatrice del patrimonio culinario e diventa Città svizzera del Gusto nel 2023. Da novembre 2023, è stata inserita nella Rete delle città creative dell'UNESCO nel settore della gastronomia.



## Basilea, Città del Gusto 2022

Con l'iniziativa GenussStadt, Basilea si impegna attivamente per la promozione di un'alimentazione regionale e sostenibile. Aiutando i produttori locali e sensibilizzando la popolazione all'artigianato gastronomico, contribuisce a tutelare l'ambiente e a rafforzare l'economia regionale. Un passo importante verso un futuro sostenibile per tutti.



## Liestal, Città del Gusto 2016

Liestal diventa Città del Gusto nel 2016. L'apice della manifestazione è stata la lunghissima tavolata imbandita per tutti gli abitanti della città lungo la Rathausstrasse. Da allora, Liestal è considerata la capitale del gusto del cantone di Basilea-Campagna e, quest'anno ancora, tante manifestazioni culinarie sono proposte.



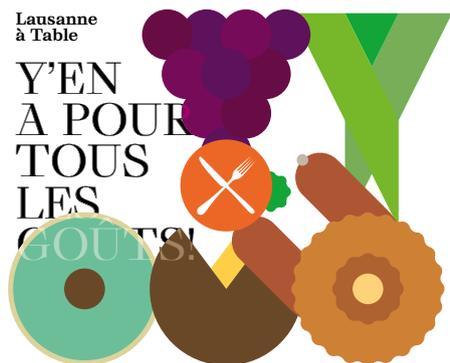
## Ginevra, Città del Gusto 2021

Dopo Ginevra Città del Gusto nel 2021, numerose iniziative hanno preso piede in città. Citiamone una in particolare: il Concorso della ristorazione sostenibile, A Table!, che si impegna a promuovere la ristorazione e l'agricoltura locali e sostenibili, grazie anche a un numero di partner che aumenta ogni anno.



## Sion, Città del Gusto 2003

Dal 2003, la capitale vallesana organizza ogni anno la Festa del Gusto a Sion, con una ventina di stand culinari tenuti da ristoratori della città e da cantine appartenenti all'Association des Encaveurs de Sion.



## Losanna, Città del Gusto 2012

Losanna punta sul piacere di stare insieme con Lausanne à Table, l'associazione nata dopo che Losanna è stata Città del Gusto nel 2012, e che festeggia quest'anno una decade di eventi golosi. Ogni anno, offre un programma di manifestazioni popolari che mettono in risalto la ricchezza e la qualità del patrimonio culinario della regione.

## I Villaggi alpini del Gusto

Leysin rappresenta la Svizzera francese, Airolo la Svizzera italiana e Grindelwald la Svizzera tedesca in qualità di Villaggi alpini del Gusto, ambasciatori privilegiati della Settimana svizzera del Gusto in vista del riconoscimento dall'UNESCO del Patrimonio culinario alpino. Questi villaggi invitano i visitatori a scoprire i sapori del loro territorio, in particolare i prodotti d'alpeggio, testimoni di un savoir-faire ancestrale e di tradizioni che forgiarono l'identità delle popolazioni locali. Contribuiscono così alla tutela di un patrimonio minacciato dall'esodo rurale, dalla globalizzazione e dai cambiamenti del modo di vivere.



# Wer die Wahl hat ... liest den Schweizer Bauer



Die unabhängige Zeitung für die Landwirtschaft

[www.schweizerbauer.ch](http://www.schweizerbauer.ch)

**Terre & Nature**

L'ACTUALITÉ ROMANDE AU FIL DES SAISONS

**Pour les curieux de 7 à 77 ans**

Terroir · Agriculture · Nature · Jardin · Animaux · Balades · Loisirs

## L'hebdo



**50**  
numéros  
par an

Chaque semaine, découvrez un contenu aussi riche que varié,  
100% local et fait maison depuis plus de 125 ans.

**Abonnez-vous**

1 an · 50 éditions · 4 hors-séries thématiques

**CHF 257.-**



## Le magazine junior



**6**  
numéros  
par an

Des thématiques locales abordées de façon ludique  
pour éveiller la curiosité des jeunes lecteurs de 7 à 12 ans.

**Abonnez-vous**

1 an · 6 numéros

**CHF 49.-**



# Il marchio *Fait Maison* crea trasparenza



**Preferite sapere cosa mangiate, vero? Il « fatto in casa »  
può essere un fattore decisivo nella scelta  
di un ristorante. Ci sono indirizzi certificati « Fait Maison »  
per tutti i gusti e per tutti i budget, li trovate  
su [labelfaitmaison.ch](http://labelfaitmaison.ch).**

Ⓜ Testo, Manuela Lavanchy

**I**l marchio Fait Maison risponde al desiderio di trasparenza dei consumatori amanti della buona tavola e promuove i piatti preparati sul momento, combattendo la standardizzazione del gusto e l'impiego di prodotti precotti industriali. Cerca l'autenticità del gusto del cibo e valorizza i prodotti regionali e stagionali, nonché il talento degli chef.

#### **Il marchio garantisce il « fatto in casa »**

I ristoranti che espongono il marchio Fait Maison offrono una cucina fatta in casa, cucinando in loco prodotti non processati o tradizionalmente utilizzati in cucina come oli, spezie, latticini, etc. Il marchio Fait Maison garantisce ai consumatori che quanto preparato in un ristorante certificato è fatto in casa. Le eccezioni sono indicate: piatti o prodotti che non soddisfano i criteri del marchio devono essere dichiarati nel menu con un asterisco (\*). Il marchio Fait Maison non richiede che il 100% sia fatto in casa, ma esige assoluta trasparenza se si utilizza un prodotto industriale.

#### **Gusto autentico, meno additivi**

Gli chef la cui cucina è a base di prodotti non processati privilegiano spesso i prodotti stagionali e regionali e supportano i produttori regionali, collaborando regolarmente con gli artigiani locali. Nel loro approccio, evitano gli additivi dannosi e troppi zuccheri e sale, e i loro piatti si adattano più facilmente alle allergie e alle intolleranze alimentari.

#### **Un piatto d'autore durante la Settimana del Gusto**

Il marchio Fait Maison si sta espandendo in tutta la Svizzera, offrendo in tal modo una rete sempre più ampia di ristoranti del « fatto in casa ». Approfittatene per assaggiare il « piatto d'autore » degli chef del Label Fait Maison durante la Settimana del Gusto dal 12 al 22 settembre. Zucche e cereali svizzeri saranno gli invitati d'onore, per deliziarvi con un piatto 100% casalingo.

🌐 [labelfaitmaison.ch](http://labelfaitmaison.ch)

# Dal grano d'oro al pane locale nei parchi svizzeri



**I parchi svizzeri partecipano alla valorizzazione dei cereali locali, sia con la certificazione delle specialità regionali che tramite il sostegno offerto alle produzioni a filiera corta. Dal mulino al birrificio, dalla fattoria al panificio, passiamo in rassegna alcune belle iniziative a favore dell'economia sostenibile.**

Ⓜ Testo, Réane Ahmad © Foto, DR

**I**l Mulino Dittligmühle, situato a Längenbühl nel Parco naturale del Gantrisch, appartiene alla stessa famiglia da sette generazioni e il suo antico edificio risale ad oltre 150 anni fa. Libera o guidata, la suggestiva visita dello stabilimento attuale illustra la trasformazione in farina del famoso « Gantrisch Goldkorn », il grano d'oro di Gantrisch ». Vale la pena seguire il mugnaio su sei piani per capire come funziona il suo mestiere!

In totale, il mulino trasforma i cereali di una sessantina di agricoltori del Parco che li consegnano direttamente o tramite una cooperativa. Se ne ricavano prodotti d'eccezione: farine miste per fare il pane, diversi muesli alla frutta provenienti da frutteti ad alto fusto e miscele per pancake. « Da quando il Parco ha iniziato con la certificazione una decina di anni fa, tutti i prodotti sono certificati « Parchi svizzeri » e Regio.garantie. Poter dimostrare ai distributori la provenienza



della materia prima e la sua trasformazione in loco è stato fondamentale per sviluppare il marchio», ricorda la direttrice Carmen Bezençon, che impiega circa dodici persone.

Col tempo, la reputazione di questa gamma sana e di qualità si è consolidata e c'è chi viene da lontano per rifornirsi al negozietto del mulino. « Rimango sempre sorpresa dal fatto che il nostro negozio, pur essendo piuttosto isolato, rappresenta un quarto delle nostre vendite! ». I prodotti Dittligmühle si trovano anche nei supermercati Coop e Migros in diversi cantoni, e nei negozi locali come Landi. Chi non può recarsi sul posto può ordinarli nello shop online.



→ Dittligmühle GmbH  
3636 Längenbühl  
+41 33 356 34 74

🌐 [dittligmuehle.ch](https://dittligmuehle.ch)



PARCO NATURALE REGIONALE CHASSERAL

## Due produttrici dalle mille risorse

Due agricoltrici del Parco naturale regionale Chasseral, Valérie Thiébaud dell'azienda agricola Cerisier e Danielle Rouiller dell'Aurore, si sono associate per produrre pasta biologica a partire dai loro cereali. Casarecce, Campanelle, Fettuccine, Spirali o Spiralini, hanno tutte ricevuto il marchio prodotti «Parchi svizzeri», così come le farine di grano, di farro, di piccolo farro, di segale o di frumento selvatico. Il loro marchio 100% Neuchâtelois «Aux mille pâtes» mette l'accento sulla preservazione della biodiversità nelle loro aziende Bio Suisse. I loro prodotti possono essere acquistati confezionati o sfusi, sia alla vendita diretta che in una cinquantina di negozi della regione, ma anche nei cantoni di Ginevra, Vaud e Friburgo. Le due imprenditrici si impegnano anche in un network ecologico e in diversi progetti che valorizzano la natura e il paesaggio del Parco Chasseral.

→ Le Cerisier  
2523 Lignièrès  
+41 79 810 62 54

🌐 lecerisier.ch

PARCO NATURALE REGIONALE DEL DOUBS

## Una birra rinfrescante e locale

La prima birra ad aver ricevuto il marchio prodotti «Parchi svizzeri» proviene dal Parco naturale regionale del Doubs. L'Apronne, una bionda Pale Ale, deve il suo nome all'apron, specie di pesce persico emblematico del Doubs e fortemente minacciato di estinzione. In questa birra dissetante si ritrova il sapore del grano, arricchito da note fruttate. Il birrificio Tonnebière di Saint-Ursanne sostiene il progetto dal 2017 e collabora con diversi attori sul territorio del Parco e nei dintorni. Per produrre l'Apronne, il birrificio si impegna ad lavorare con fornitori Bio Suisse che partecipano ad un network ecologico, e propone al pubblico delle visite del luogo di produzione. Il sito accoglie anche un bar con terrazza e un piccolo negozio. Per risparmiare energia, la ditta ha sviluppato un proprio sistema di raffreddamento a circuito chiuso per i fermentatori.

→ Brasserie Tonnebière  
2882 St-Ursanne  
+41 75 417 53 13

🌐 tonnebiere.ch





## Épi-Mobile, dal pane locale alla consegna comune

Il Parco naturale Jura Vaudois sostiene la valorizzazione dei cereali panificabili e lo sviluppo di filiere corte sul suo territorio. « La vincita di un bando promosso dal canton Vaud nel 2023 è servita da catalizzatore per riunire un piccolo collettivo di produttori », si felicita H el ene Delille, responsabile dell'Agricoltura e dell'economia di prossimit  nel Parco. La giovane associazione  pi-Mobile raduna dei coltivatori di cereali, dei mugnai, un'artigiana panettiera e una cooperativa di produttori nel raggio di 30 chilometri. Lavorano insieme nella produzione di un pane 100% locale a base di cereali trasformati in farina direttamente in fattoria, con un mulino a macina di pietra.

Partendo da questo prodotto emblematico,  pi-Mobile sogna in pi  grande, come spiega Alix P coud della Fattoria Terra Vollottaz : «   un bellissimo progetto ! Il sostegno del Parco e del Cantone ci hanno permesso di immaginare altre soluzioni per la commercializzazione e la consegna in comune dei nostri pani, farine e pasta. » A termine, altri prodotti locali saranno proposti in consegna, nell'idea di creare nuovi sbocchi presso panifici artigianali e punti vendita, ma anche presso mense d'impresa o scolastiche.

  parcjuravaudois.ch/fr/circuits-courts

## Circa 2500 prodotti certificati



A livello nazionale, quasi 2500 specialit  alimentari hanno ottenuto il marchio prodotti « Parchi svizzeri » in 14 parchi. Cosa c'  dietro questo marchio dal quadrato verde ? Prima di tutto una grande diversit  di prodotti, che hanno in comune il fatto di essere nati e di essere lavorati essenzialmente sul territorio di un parco svizzero. Poi, una certificazione esterna indipendente e un sostegno del parco in questione, che garantiscono sia l'origine regionale delle materie prime, sia la promozione di azioni sostenibili. Infine, delle comunit  locali di produttori e produttrici solidali che condividono i valori dei parchi svizzeri a livello economico, sociale e ambientale.

Questi prodotti del territorio, dai pi  tradizionali ai pi  innovatori, si possono acquistare nelle fattorie, nei negozi locali o online, senza dimenticare i ristoranti della regione. Collaborando sia con i produttori artigianali che con le buvette d'alpeggio e le fattorie, diversi parchi svizzeri propongono ceste regalo, pranzi al sacco o box per l'aperitivo. Perfetto per quando si soggiorna in questi luoghi autentici e si vuole portare a casa un gustoso ricordo !

  [parks.swiss/it/visitare\\_i\\_parchi/i\\_piaceri\\_della\\_tavola/](https://parks.swiss/it/visitare_i_parchi/i_piaceri_della_tavola/)



# Il programma « Giovani Consumatori » a favore di un'alimentazione sana



Da diversi anni, l'*Interprofession des Fruits et Légumes du Valais* (IFELV) (il consorzio che riunisce i produttori di frutta e verdura del Vallese) favorisce il consumo di frutta e verdura locale per i bambini e gli adolescenti.

**Una ricetta che funziona!**

Ⓜ Testo, Manuella Magnin © Photos DR

**M**angiare locale e di stagione. Il consiglio si sente ovunque. Ogni cantone ha la sua ricetta segreta per promuovere i propri prodotti e trasmettere messaggi nutrizionali alle giovani generazioni. Nel Vallese, ci pensa l'IFELV. E ha l'imbarazzo della scelta! Il cantone è la prima regione per produzione di frutta in Svizzera. Con 2073 ettari, concentrati fra Sierre e St-Maurice nella pianura del Rodano, e sulle colline della riva sinistra per le albicocche, gli orti occupano il 30% delle superfici dedicate ai frutteti di tutto il Paese. I prodotti di eccellenza, noti ben al di là dei confini cantonali, sono l'albicocca, la pera Williams e la mela.

Sierre a Collombey-Muraz, ne vengono prodotte ben 450 tonnellate ogni anno. Nel 2023, 228 ettari di verdure sono stati coltivati nel cantone, ovvero l'1,4% delle superfici svizzere. Numeri ben al di sotto di quelli degli anni '90. Infatti, una trentina di anni fa, 1200 ettari erano dedicati alla coltivazione di verdure nella pianura del Rodano. Da allora, essa si è sviluppata sull'altopiano svizzero vicino alle zone con forte densità di popolazione, grazie alla creazione di marchi di garanzia e marchi di qualità regionali. Oggi, lo Chablais vallesano è la principale area di coltivazione, dedicata per lo più alle carote, le cipolle e le patate.

Quanto alle verdure, il Vallese è soprattutto noto per i suoi famosi asparagi bianchi. Da

**La produzione vallesana  
in breve (2023)**

<b>25</b> PMI attive nel commercio e la trasformazione	<b>200</b> produttori di frutta e verdura	COLTURE DI VERDURA  <b>228 ha</b>  <b>6,8 mio</b> di kg/anno	  	COLTURE DI FRUTTA  <b>2073 ha</b>  <b>26.7 mio</b> di kg/anno
---	---	--	---	---

**Un programma tridirezionale**

Il programma « Giovani Consumatori Vallese » è stato elaborato insieme alla scuola vallesana per promuovere le coltivazioni locali. È sostenuto dall'Agenda 2030 del canton Vallese. Diviso in fasce di età fra 4 e 25 anni, integra tutti i settori della produzione agricola. Mira a favorire il consumo di frutta e verdura nei bambini e negli adolescenti, rendendoli consapevoli dell'importanza di valorizzare i prodotti di stagione e di prossimità. Il programma include distributori automatici di prodotti del territorio nelle scuole, attività scolastiche specifiche e ricorrenti su temi legati alla produzione agricola, e azioni di sponsorizzazione con prodotti agricoli locali durante manifestazioni sportive e culturali a favore della gioventù.



Oltre a presentare prodotti, l'obiettivo è di sensibilizzare la popolazione all'importanza ambientale, economica e sociale di una produzione agricola svizzera competitiva. Questo programma vuole anche favorire il consumo a prezzi accessibili e rafforzare i legami fra produttori e giovani consumatori.

**Il programma in  
numeri annuali**

<b>20 000</b> giovani beneficiari	<b>50</b> distributori di frutta nelle scuole
<b>100</b> attività sostenute ogni anno	<b>600 litri</b> di succo di frutta
<b>22 000 kg</b> di frutta e verdura	



🌐 ifelv.ch



**Olivier Borgeat,**  
segretario generale  
dell'IFELV.

## 50 distributori automatici

45 scuole di primo e secondo grado nonché di alta formazione ospitano 50 distributori automatici di prodotti della terra. Le 41 nuove macchine installate nel 2020 espongono lo slogan « **Il buon gusto della natura** ».

I beneficiari sono gli adolescenti e i giovani adulti dai 12 ai 25 anni. I nuovi distributori sono refrigerati e permettono pagamenti tramite l'App Twint o con le monete. I prodotti sono venduti al costo di produzione che oscilla fra CHF 0.50 e CHF 2.50, la media essendo di CHF 1.50.

### **Piramide alimentare**

I prodotti sono proposti così come nascono direttamente dalla terra, oppure sono trasformati e imballati nel Vallese stesso. La maggioranza di loro è certificata dal Marchio Valais.

« L'assortimento rispecchia la piramide alimentare con  $\frac{2}{3}$  di prodotti a base di frutta & verdura e  $\frac{1}{3}$  di prodotti a base di cereali, carne o latte. Sono stati tutti validati dal marchio Fourchette verte che garantisce le loro qualità nutrizionali e la loro conformità ai criteri dell'alimentazione equilibrata », precisa Olivier Borgeat, segretario generale dell'IFELV.

L'offerta può variare in base alla stagione. Vi si trovano mele e pere, succhi di mela diluiti con l'acqua e conditi con menta del Grand-San-Bernardo, mousse di frutta, minibrick di latte ... Delle novità sono in preparazione, come yogurt e latte aromatizzato alla frutta. La logistica e il mantenimento vengono forniti dall'IFELV. I prodotti hanno durate di conservazione che permettono di evitare ogni spreco alimentare.

Le scuole sono attrezzate per riciclare gli imballaggi. Una sensibilizzazione degli alunni al tema della raccolta differenziata fa parte del programma. Questi distributori sono sostenuti economicamente dal canton Vallese, dalla Loterie Romande e dalla Federazione delle Banche Raiffeisen del Vallese.

### **Attività nelle scuole**

Diverse attività sono organizzate nelle scuole, soprattutto nel secondario di primo grado, come delle « settimane mele-pere-carote » ad ottobre. La frutta e verdura è messa a disposizione gratuitamente per le lezioni di economia domestica o nell'ambito di altre attività come concorsi di cucina. Nelle scuole secondarie di secondo grado e negli istituti professionali vengono organizzati dibattiti sull'importanza della sostenibilità.

# Pasti equilibrati e sostenibili per i bambini



Il Comune di Marly (nel cantone di Friburgo) ha scelto questo marchio di qualità per garantire ai bambini un'alimentazione equilibrata e sostenibile. Intervistiamo Gregory Pellissier, direttore del servizio Infanzia e formazione, e Jan Descloux, cuoco.

Ⓜ **Gregory Pellissier, che cosa ha spinto il Suo comune a scegliere il marchio Fourchette verte – Ama terra ?**

**GP** Il comune di Marly ha creato nel 2021 una cucina centralizzata per preparare pasti equilibrati e sostenibili per i bambini che frequentano le strutture comunali. Il marchio Fourchette verte - Ama terra è stato da subito adottato e nel 2023 abbiamo firmato la carta Cuisinons Notre Région (cuciniamo la nostra regione). Oggi vengono riforniti un asilo nido e due mense scolastiche, per un totale di 200 pasti al giorno.

Ⓜ **Jan Descloux, quali sono i valori che avete a cuore e che si riflettono nella scelta dei menù proposti ?**

**JD** Gli alimenti scelti provengono soprattutto dalla regione di Friburgo e sono per la maggior parte biologici. Inoltre, l'educazione al gusto è fondamentale: i bambini devono poter scoprire nuovi sapori, sotto nuove forme.

Ⓜ **Quali sono le sfide di un approccio Ama terra ?**

**JD** Una sfida importante che affrontiamo è la formazione delle persone che servono i pasti: rappresentano dei modelli per i bambini. In termini di sostenibilità, lo spreco costituisce una sfida costante. Grazie agli acquisti di prossimità, siamo già riusciti a sostituire gran parte degli imballaggi di plastica, privilegiando frutta e verdura sfusa e contenitori di vetro per il latte e gli yogurt.

Ultima sfida: i costi. Malgrado tutti i nostri sforzi, l'aumento dei costi degli alimenti, dell'elettricità, etc. ha un impatto sul prezzo dei menù. Attualmente, il costo di produzione dei nostri pasti, solo per la materia prima, è di circa CHF 4.-.

- Adattamento dell'articolo pubblicato nella rivista Commune Suisse a febbraio 2024
- Fourchette verte – Ama terra: un'alimentazione equilibrata e sostenibile nella refezione collettiva. [fourchetteverte.ch](http://fourchetteverte.ch)

# La lunchbox che riscalda i vostri pranzi



Più di 50'000 pezzi sono già stati venduti! Fabian Graf non l'avrebbe mai immaginato quando nel 2012, ancora liceale, ha costruito artigianalmente il prototipo della sua HeatsBox.

🍴 Testo, Daniel Herz © Foto, DR



**F**orse non si aspettava che la sua idea lo accompagnasse tanto a lungo: l'invenzione della HeatsBox è cominciata a frullare in testa a Fabian Graf e ai suoi amici nel 2012. Nella scuola cantonale di Zurigo che frequentavano non c'era il forno a microonde, e la mensa era semplicemente troppo piccola per accogliere tutti gli alunni. L'obiettivo di Graf e dei suoi compagni era

quello di concepire un apparecchio portatile capace di riscaldare rapidamente e facilmente una porzione di pasta. «All'epoca, tanti dei miei compagni portavano la pasta a scuola... e se la mangiavano fredda!». Questi ragazzi intraprendenti hanno costruito il prototipo a partire da un Tupperware dotato di una piastra riscaldante, alimentata con delle pile.

### **Il salto di qualità grazie ad una batteria**

La Box è oggi prodotta in Asia e distribuita in Svizzera da Koenig. Fabian Graf ci spiega che i clienti sono scolari, studenti, camionisti e impiegati. Oltre 50 000 pezzi della HeatsBox sono stati venduti, e la versione attuale ricorda solo lontanamente il primissimo modello: la temperatura è regolabile da 55 a 85 gradi, a scatti di cinque. Il calore è sufficiente per cuocere il riso, sottolinea Graf. Un dettaglio da non trascurare: c'è un timer, che può essere controllato tramite una app mobile e programmato esattamente per la pausa pranzo, regolando il tempo necessario a seconda della quantità delle porzioni. «Il salto di qualità è stato fatto quando alla fine dello scorso anno abbiamo installato una batteria – in questo modo, non è più necessario avere una presa per riscaldare il pasto.» Qual è quindi il vantaggio rispetto al forno a microonde, che è ormai disponibile nella maggior parte degli uffici? «I piatti come i toast o le pizze fatte in casa rimangono croccanti quando sono riscaldati nella HeatsBox», spiega il giovane inventore.

Il successo della sua «invenzione» si spiega anche perché consuma il 35% in meno di elettricità rispetto ad un forno a microonde. Inoltre, circa 7 persone su 10 portano da casa il loro pasto almeno una volta a settimana. «Un panino comprato al supermercato risulta spesso parecchio più caro per gli studenti!» E soprattutto, ognuno sa esattamente cosa c'è nel suo piatto – senza preoccuparsi di conservanti o altro.

### **Ricette? Si trovano anche su Facebook**

La scatola da 0,925 litri permette di riscaldare a temperatura controllata circa 600 grammi di pasta già cotta. Ma tanti altri deliziosi piatti possono essere portati in ufficio in questo contenitore waterproof, pronti al consumo, come si intuisce dalle tante ricerche fatte su Facebook con l'hashtag #heatbox: arrosto al cumino con polpette di pane, spadellata di tofu e verdure con riso, lasagne vegetariane o stufato vegan con contorno di crocchette, con quest'ultimo piatto separato



da un comodo divisore rosso in dotazione. Il fatto che il concetto ludico di meal prep (abbreviazione di meal preparation – preparazione dei pasti), che consiste nel preparare la domenica i pasti per tutta la settimana di lavoro, vada di moda, è tutto a vantaggio di Fabian Graf e dei suoi investitori, fra i quali c'è anche una vice-rettrice della sua vecchia scuola.

Graf stesso utilizza quasi tutti i giorni la sua box, che pesa circa 800 grammi quando è vuota, pur avendo da tempo concluso gli studi: oggi è venuto nel suo ufficio comodamente posizionato sul Limmatquai di Zurigo con dei ravoli al pomodoro e delle fette di lardo grigliate! Ma il suo piatto preferito, ci racconta tra una chiacchiera e l'altra, è la pasta al ragù con molto, moltissimo formaggio gratugiato!

# CELEBRIAMO LA DIVERSITÀ DEI GUSTI?



**ALIGRO**  
SUPPORTA  
LA SETTIMANA DEL GUSTO



COSÌ BUONO CHE INVENTIAMO FESTE.

**ALIGRO**

IL VOSTRO MERCATO, APERTO A TUTTI!

Emmen | Rapperswil-Jona | Wangs-Sargans | Gossau SG | Frauenfeld | Brüttsellen  
Schlieren | Spreitenbach | Pratteln | Berna | Matran | Sion | Chavannes-Renens | Ginevra

SEL DES ALPES

# Nuove forme di oro bianco



**Il SEL DES ALPES racchiude i segreti della roccia che danno vita alla sua leggenda nelle Miniere di Sale di Bex. Al sale fino e al sale gourmet « Fleur des Alpes » si aggiunge ora una nuova gamma di condimenti.**

📖 Testo, Alexandre Caldara © Foto, DR

**C**osa nasconde il SEL DES ALPES, incastonato nella montagna che lo protegge da oltre 200 milioni di anni? Proviamo a descriverlo in breve: 500 anni di storia; la prima fonte salata scoperta in Svizzera; 15 km di gallerie, di cui le più antiche sono state scavate con martello e scalpello; gli unici minatori rimasti nel Paese; un prodotto senza alcuna contaminazione; una produzione sostenibile. Tutti questi elementi definiscono un angolo di patrimonio che continua a vivere e a diversificarsi.

Narra la leggenda che 500 anni fa, un giovane pastore notò che le sue capre si abbeveravano sempre alla stessa sorgente nella regione di Bex. Incuriosito, si accorse che

l'acqua era salata. Così cominciò l'avventura dell'estrazione dell'oro bianco delle Alpi Svizzere. All'inizio, furono le fonti di acqua salata ad essere sfruttate, prima che l'uomo cominciasse a saggiare la roccia per cercare il sale dentro la montagna.

Per raccogliere l'oro bianco, le tecniche si sono evolute, ma il principio resta lo stesso: dissolvere il sale con l'acqua per estrarlo dalla roccia, e poi farlo cristallizzare per evaporazione.

Ancora oggi, i minatori delle Salines Suisses mantengono vivo questo patrimonio unico, continuando ad estrarre il SEL DES ALPES dal cuore della montagna salata.

Il lavoro dei minatori consiste in particolare nel perforare la roccia per estrarre dei piccoli cilindri di parete, detti carote, che rivelano o meno la presenza di sale in un dato settore.

Quando una zona si rivela ricca di sale, viene iniettata acqua ad alta pressione per arrivare fino al sale e scioglierlo. Quando tutta l'acqua sarà evaporata, la salamoia così raccolta diventerà poi il sale che conosciamo. I minatori si occupano anche di mettere in sicurezza tutte le stanze e le gallerie delle Miniere del Sale, compresa la parte aperta al pubblico. Sono inoltre incaricati della manutenzione dei binari del famoso Treno dei Minatori, che trasporta ogni anno oltre 80 000 visitatori.

Un mondo bianco che stuzzica la curiosità nera dell'autore di gialli Marc Voltenauer, ma che starebbe benissimo anche in un romanzo di avventure alla Blaise Cendrars, ispirato dall'oro bianco di Bex.

#### **Dei condimenti per ricette saporite**

Il SEL DES ALPES è un prodotto ricco di storia, pur rappresentando modernità e innovazione.

Dopo il lancio, qualche anno fa, del prodotto d'eccellenza Fleur des Alpes, oggi è stata creata un'intera gamma di condimenti.

Prodotti facili da usare, accessibili per chi è poco esperto in cucina, ma capaci di sedurre anche i cuochi più esperti.

La gamma comprende cinque prodotti: « patate », « carne », « pomodori e mozzarella », « cucina svizzera » e « raclette e fonduta ». Gustosi condimenti pensati per esaltare in un batter d'occhio la nostra cucina di tutti i giorni e adatti a tutti, vegani compresi.

#### **Sapori confortanti**

Cominciamo col descrivere la varietà « cucina svizzera », che rappresenta l'alleato ideale per tutti i piatti tradizionali, come lo spezzatino alla zurighese o i maccheroni d'alpeggio, tanto per citarne qualcuno. Dei sapori confortanti, quasi primitivi nella loro semplicità. Un condimento che funziona, con la sua miscela saporita di pepe, paprika, aglio, origano e cipolle. Da provare ad esempio

#### **Verde anche nell'elettricità**

Sono appena stati completati importanti lavori di ristrutturazione e ampliamento della centrale idroelettrica delle Saline de Bex, situata lungo l'Avançon e risalente al 1943. L'impianto, operativo dalla fine di agosto, ha aumentato la sua capacità di produzione di energia verde di oltre il 50%, permettendo così di coprire il fabbisogno energetico per la produzione di sale e, in futuro, anche per il settore turistico.





per arricchire una marinatura, aggiunto alle frattaglie o nella cottura lenta delle guance di manzo.

#### **Freschezza primaverile**

Anche « patate » offre una miscela esplosiva, si riconosce subito la paprika, abbinata all'aglio, al pepe, al peperoncino, e con un tocco audace dato dai semi di coriandolo e dal macis, il fiore della noce moscata. Questo condimento include anche un bel bouquet di erbe aromatiche, che regalano freschezza: rosmarino, timo, prezzemolo, origano, maggiorana. Porta in tavola la primavera.

#### **Doratura sul formaggio**

« Raclette e fonduta » può sorprendere, perché cambia la nostra abitudine di mettere esclusivamente il pepe macinato sul formaggio fuso. La sua complessità di aromi, la sua originalità è seducente. Regala un colore bruno, una sorta di doratura nuova, senza snaturare il gusto autentico del formaggio. In questo condimento, i più tradizionali aromi di pepe, paprika, aglio, s'accompagnano alla noce moscata, ai grani di coriandolo, cannella, curcuma, peperoncino. Il tocco finale è dato da scorza di limone, origano e cipolle.

#### **Carattere al piatto**

« Carne », particolarmente indicato per la carne rossa, comprende aglio, pepe, semi di coriandolo, curcuma, peperoncino, cannella e cipolle. Queste spezie si sposano con un bouquet di erbe aromatiche: timo, basilico, santoreggia, alloro e lavanda. Si ottiene

così un condimento piccante, che conferisce carattere al piatto.

Questa nuova gamma di prodotti si inserisce a meraviglia nell'universo culinario nostrano, dimostrando le potenzialità del sale nel campo della gastronomia.

🌐 [salz.ch](http://salz.ch)

#### **Un fiore artigianale**

Nel cuore delle Miniere del Sale di Bex si cela il laboratorio di produzione artigianale del Fleur des Alpes. Formato da fragili cristalli raccolti e lavorati a mano, il Fleur des Alpes è un sale completamente naturale, il cui utilizzo è simile a quello di un fleur de sel. Questo gioiello gastronomico è realizzato tramite un processo che coniuga tradizione e innovazione.



GIORNATA MONDIALE DELLO CHASSELAS

# Omaggio al re dei vitigni



**La seconda edizione di questo evento molto atteso  
si svolgerà in tutta la Svizzera il prossimo 12 dicembre.  
Prendete l'agenda ... e il bicchiere !**

Ⓜ Testo, Manuella Magnin © Illustrations, DR

**V**i piace lo chasselas? Questa giornata è per voi. Ovunque nel Paese, troverete una miriade di eventi dedicati al vitigno più emblematico della Svizzera. Afterwork parties, aperitivi, cene a tema e degustazioni saranno organizzati il 12 dicembre negli alberghi, ristoranti, bar, enoteche, cantine, stazioni sciistiche ...

Perfetto per l'aperitivo, alleato di pregio per i piatti a base di formaggio, squisito quando accostato al pesce dei nostri laghi, ma anche fresco protagonista di abbinamenti originali, lo chasselas sublima i momenti gastronomici e incanta ogni palato. Che sia per brindare a un'occasione speciale o per scoprire tutte le declinazioni aromatiche delle vecchie annate, questo vitigno offre una gamma infinita di

tipicità, che rivelano i diversi territori e il talento dei nostri viticoltori e viticoltrici.

Anche se viene spesso bevuto giovane, lo chasselas sa conquistare anche gli enofili più esperti man mano che invecchia e acquisisce intensità e complessità. Col passare degli anni, alcuni vini sviluppano aromi di miele, di cera d'api, di frutta secca, di spezie dolci, di sottobosco, di tartufo o anche di noce.

Julien Ayer del ristorante gastronomico Le Pérolles a Friburgo, è un grande fan di questo vitigno. « L'anno scorso, il 12 dicembre cadeva di martedì ed eravamo chiusi. Abbiamo ricevuto 3 bottiglie di vecchie annate da parte dell'organizzatore di questa Giornata Mondiale. Abbiamo poi proposto

chasselas in quantità per tutta la settimana successiva, in particolare vini invecchiati in abbinamento ai formaggi. Questa manifestazione è una splendida occasione per far scoprire questo vitigno ai nostri clienti. Parteciperò di nuovo con piacere. »

Al Cigalon di Thônex (GE), la padrona di casa Corinne Bessire è anche lei entusiasta all'idea di proporre una degustazione di chasselas ai suoi ospiti, ai quali farà scoprire vini locali e stranieri, soprattutto vecchie annate.

Volete iscrivervi per realizzare un evento attorno allo chasselas o saperne di più sul programma di questa giornata in tutto il Paese ?

🌐 [mondialduchasselas.com/journee-mondiale-du-chasselas/](http://mondialduchasselas.com/journee-mondiale-du-chasselas/)



## Un passaporto lemanico

Diverse ipotesi circolano circa le origini di questo vino tipico della Svizzera francese. Sarebbe nato in Egitto, a Costantinopoli o forse in Francia come evocato da alcune leggende? Il Dr. José Vouillamoz ha voluto chiarire la questione e per farlo, questo genetista del vino di fama mondiale è risalito alle origini. Per lui, non c'è dubbio: lo chasselas proviene dall'arco lemanico ed è nel canton Vaud che è più diffuso.

Esistono due grandi varietà di chasselas: il fendant e lo giclet. Il primo presenta un chicco che si fende se lo si preme fra le dita. Il termine chasselas è quello più

diffuso, ma quello prodotto in Vallese ha l'uso esclusivo della denominazione fendant. Il centro di ricerca Agroscope recensisce circa 300 ceppi diversi.

### Un vitigno esigente

La vinificazione dello chasselas necessita di grande competenza per esprimere la tipicità di ogni territorio. Questo vino rivela il minimo errore e gli enofili non esitano ad affermare che la qualità di una cantina si misura da quella del suo chasselas.

## Lo Chasselas in numeri

	<b>2233</b> ettari
	<b>756</b> ettari
	<b>259</b> ettari
<b>Tre-Laghi</b>	<b>248</b> ettari

Fonte: «L'anno viticolo 2023», UFAG

An aerial photograph of a steep mountain slope covered in terraced vineyards. The vineyards are arranged in neat, parallel rows that follow the contours of the hillside. The vines are a vibrant green color. In the background, a valley with a small town and a winding river is visible, surrounded by more mountains under a clear sky. The overall scene is one of a well-maintained agricultural landscape in a mountainous region.

Il prestigio della  
*Maison Gilliard*  
è scritto nel suo  
territorio



**Con i suoi terreni sospesi fra cielo e colline, le sue annate ambiziose e la sua bella offerta enoturistica, la Maison Gilliard merita la sua fama di fiore all'occhiello dei vini svizzeri.**

Ⓜ Testo, France Massy © Foto, DR

**T**erra dai paesaggi scoscesi, dai vigneti a terrazza sostenuti da secolari muretti a secco che si ergono come fossero imprendibili cittadelle... Dal 1885, il vigneto della Maison Gilliard delinea maestosamente il paesaggio del Vallese centrale.

Ubicata a Sion, nel cuore del Vallese, questa casa ultracentenaria scrive la storia della viticoltura svizzera già dalla fine del XIX secolo. È in quel periodo che Edmond Gilliard capì il potenziale di queste colline riscaldate dal sole e accarezzate dal vento di foehn. Quando comprò il Clos du Mont e il Clos du Brûle-Fer, il Vodese probabilmente non immaginava che 130 anni dopo, la proprietà si sarebbe estesa su 75 ettari, da Venthône a Martigny, e che sarebbe figurata fra le più prestigiose aziende vinicole del Paese.

#### **La scelta della qualità**

Da questi appezzamenti impervi, la Maison Gilliard ottiene vini che riflettono un mosaico variegato di terreni che hanno come fil rouge l'eleganza, la freschezza e la complessità. Per ogni vigna, si è scelto il migliore abbinamento fra terreno e vitigno. Ne risultano più di 50 vini creati da 22 vitigni e divisi in sei linee, per sedurre tutti i palati, dai più semplici ai più esigenti.

Fra rispetto della tradizione e dinamismo, gli enologi puntano all'eccellenza e perpetuano, annata dopo annata, la fama di vini emblematici come la mitica Dôle des Monts creata nel 1885, o il Fendant Les Murettes

nato nel 1921, la linea Porte de Novembre, i Tonneliers, i Trésors de Famille e, l'ultimo arrivato, i Domaines les Grands Murs. Una linea premium, creata per sublimare le migliori trame e uve della casa.

#### **Enoturismo, cultura e impegno sociale**

Con un tale patrimonio, la Maison Gilliard non poteva che puntare all'enoturismo. Una squadra dinamica propone una moltitudine di attività. Ci siamo innamorati dell'idea di poter creare la nostra propria Dôle des Monts, e ovviamente non ci siamo persi la Balade des Grands Murs che permette di scoprire luoghi esclusivi degustando i migliori vini e le specialità locali, quali Clos de Cochetta, Clos du Mont, Clos de Brûle-Fer.

La cantina è anche molto presente a livello culturale, in particolare al Gilliarday Festival dove, per tre giorni, cultura musicale e cultura del vino vibrano allo stesso ritmo.

Dal 2011 è nata una partnership con la Fondation Saint-Raphaël. La Maison Gilliard gestisce le vigne di quest'ultima e sviluppa per lei due grandi vini (un blend bianco e un blend rosso): una parte del ricavo permette alla fondazione di sostenere l'Institut Saint-Raphaël, un'istituzione che assiste e sostiene i giovani - la ricchezza più preziosa della nostra società - quando la famiglia non c'è o non ce la fa.

 [gilliard.ch](http://gilliard.ch)



### L'impegno

- ◆ Fra rispetto della tradizione e dinamismo, Gilliard si impegna a produrre vini di qualità in sintonia con la natura.
- ◆ A mettere in risalto il patrimonio, tramite la conservazione dei vigneti a terrazza e dei muretti a secco.
- ◆ A puntare sull'enoturismo per vivere, dal dentro, il mondo del vino.
- ◆ A sostenere la gioventù, lo sport e la diversità culturale.

### Carta d'identità La Maison Gilliard è:



### L'aneddoto

Già Simone de Beauvoir era infatuata del Fendant Les Murettes! Ce lo racconta Claude Lanzmann, suo amante dell'epoca, ne «La lepre della Patagonia». «Tra Zermatt, a 1600 metri d'altezza, e il colle del Teodulo, a 3301 metri...

La salita era dura, la fatica ci vinceva e, come succede in montagna, la speranza di raggiungere la baita, pur avendola già scorta decine di volte, era sempre disillusa.

Vi giungemmo infine, affamati, rossi come gamberi, madidi di sudore.

Che paradiso, con le sue fioriere di gerani sulla terrazza, che festa, che vino bianco dal gusto squisito, un Fendant des Murettes, una denominazione che ricorderò fino all'ultimo respiro!»



SWISS WINE GOURMET

# A tavola con i vini svizzeri



Oltre un migliaio di strutture hanno aderito al marchio Swiss Wine Gourmet. Da Sciaffusa a Ginevra, bar, ristoranti, osterie ed alberghi propongono almeno due vini svizzeri al bicchiere tutto l'anno, e almeno cinque vini svizzeri sulla loro carta.

Ⓜ Testo, France Massy © Foto, DR

**S**cegliere un ristorante in base alla carta dei vini? L'approccio può sorprendere, eppure è quello che propone il marchio Swiss Wine Gourmet, con un successo crescente. Un concetto che piace agli amatori di grandi vini. « Non c'è niente di più avvilente di un buon ristorante con una carta dei vini che delude. A maggior ragione se i vini locali non sono valorizzati », esclama Peter G., epicureo nell'anima.

Vini la cui qualità si consolida ogni giorno e che meritano un proprio posto fra i grandi vini del mondo.

Johanna Dayer, candidata Master of Wine, è spesso richiesta per elaborare le carte dei vini. Favorisce il più possibile i vini svizzeri e invita i ristoratori ad aderire al marchio.

« Troppo spesso, si vanno a cercare vini costosi in regioni prestigiose, senza pensare che in Svizzera si trovano vini di altissimo livello. Penso in particolare alla Borgogna, quando a Neuchâtel o nei Grigioni si producono splendidi Pinot neri. Oggi possiamo vantarci di avere ottimi vini svizzeri, bisogna farlo sapere ai clienti. »

## Riflettori puntati sui vini svizzeri

Swiss Wine Gourmet è un marchio registrato, creato da Swiss Wine nel 2014. Un ristorante può esibire il marchio se propone almeno due vini svizzeri al bicchiere tutto l'anno, e almeno cinque vini svizzeri sulla sua carta. Un'insegna con un logo viola sul quale sono disegnati uno, due o tre bicchieri, evidenzia il concetto: qui, i riflettori sono puntati sui vini svizzeri.

## Quale logo?



### Un bicchiere

Selezione di vini svizzeri. 25% di vini svizzeri o almeno 10 vini svizzeri sulla carta dei vini.



### Due bicchieri

Buona selezione di vini svizzeri. 50% di vini svizzeri o almeno 15 vini svizzeri sulla carta dei vini.



### Tre bicchieri

Ottima selezione di vini svizzeri. Più di 75% di vini svizzeri o almeno 30 vini svizzeri sulla carta dei vini.



DALLA LOCANDA  
AL RISTORANTE  
STELLATO, I VINI  
SVIZZERI CI SONO

## Chesa Stüva Colani, Madulain (Grigioni)

Paolo Casanova, lo chef stellato della Chesa Stüva a Madulain, nei Grigioni (17 GaultMillau, 1 stella Michelin), ha un legame particolare con la terra. « Il ritmo della natura ci insegna il rispetto e ci ispira ogni giorno », afferma questo cuoco, coronato « Green Chef Of The Year 2024 »: un nuovo premio lanciato da GaultMillau e Bio Suisse che ricompensa i ristoranti che si riforniscono per almeno il 30% presso produttori biologici.

La carta dei vini di questo prestigioso locale è all'altezza della sua cucina e mette in risalto, naturalmente, i vini svizzeri. Se i vini dei Grigioni hanno il posto d'onore, i cantoni di Vaud, Vallese, Ticino e la Svizzera tedesca (Sciaffusa, Zurigo, Turgovia) sono ben rappresentati. Alcuni vini naturali e arancioni affiancano i grandi classici.



40 vini svizzeri su  
265 vini in carta

5 regioni vinicole  
rappresentate



→ Via Principale 20 A – 7523 Madulain

🌐 [paolocasanova.ch](http://paolocasanova.ch)



## Grotto San Michele, Bellinzona (Ticino)

Nella maestosa cornice del Castelgrande, il Grotto San Michele merita una visita. Alla vista a strapiombo su Bellinzona e al fascino misterioso delle fortezze medievali, si aggiunge una favolosa terrazza esterna e una bella sala a volte. Che ci si fermi per mangiare o solo per bere qualcosa, la carta dei vini sa conquistare i semplici appassionati così come i più esperti. Con una proposta di 60 vini svizzeri, la varietà dell'offerta elvetica fa venire l'acquolina in bocca.

Dal formaggio di capra servito tiepido alla coscia di coniglio con timo e polenta, passando per gli gnocchi alla farina Bona o la panna cotta con yogurt di montagna, i piatti col marchio Ticino regio-garantie sono una delizia e si abbinano gradevolmente con i vini locali.

<p>60 vini svizzeri su 94 vini in carta</p> <p>5 regioni vinicole svizzere rappresentate</p>	
<p>→ Salita al Castelgrande – 6500 Bellinzona</p> <p>🌐 <a href="http://castelgrande.ch">castelgrande.ch</a></p>	



## Auberge de Cergniaulaz, Les Avants (Vaud)

La locanda è piacevolmente bucolica, il luogo idilliaco, la cucina squisita, proprio come le proprietarie Orianne Weber e Lisa Stucky. Per coronare il tutto, la carta dei vini è eccellente. Una quarantina di vini elvetici selezionati con passione da Ynes Weber, la sorella di Orianne. Tra le tante proposte, si fanno notare le nuove leve della Svizzera francese: tante giovani viticoltrici di talento, i cui vini di carattere, freschi e delicati, accompagnano a meraviglia le sfiziose portate, elaborate da Lisa con prodotti locali e di stagione. « Il 90% dei nostri clienti mostra un reale interesse per i vini svizzeri. Un entusiasmo che segue il trend di una cucina a base di prodotti locali », spiegano le titolari. Nessun ostracismo qui. I vegetariani e i carnivori si mescolano allegramente.

Questo piccolo paradiso è aperto tutto l'anno. D'inverno, lo spazzaneve libera la strada. Prenotazioni consigliate.

<p>35 vini svizzeri su 38 vini in carta</p> <p>3 regioni vinicole svizzere rappresentate</p>	
<p>→ Route de la Cergniaule 18 – 1833 Les Avants</p> <p>🌐 <a href="http://lacergniaulaz.com">lacergniaulaz.com</a></p>	

GRAPE ESCAPES

# Dormire nel cuore dei vigneti svizzeri



Un vigneto è come un paese. Lo respiri, lo scopri passeggiando fra i filari, lo senti vibrare fra una pianta e l'altra. Un vigneto si vive. Switzerland Tourism e Swiss Wine lo sanno bene, e per questo hanno selezionato per noi una sessantina di alloggi unici, nel cuore dei vigneti.

Ⓜ Testo, France Massy © Foto, DR

**B**attezzata Grape Escapes, l'iniziativa offre agli amanti del vino l'opportunità di vivere il quotidiano dei viticoltori, di immergersi nella natura e nella cultura locale dormendo una o due notti sul posto. Situate in zone strategiche, ricche di patrimonio e di storia, le tappe proposte da Grape Escapes piaceranno anche agli amanti dell'arte, delle emozioni forti e a chi è alla ricerca di esperienze insolite. Campeggio, glamping, castello o dimora storica, camera « botte » o bolla sotto le stelle, crociera o safari, ce n'è per tutti i gusti.

viaggiare diversamente: slow tourism, soggiorno sostenibile o scoperta della gastronomia locale. Grape Escapes è l'occasione di ricordarci che, oltre al cioccolato, agli orologi e alle banche, esiste anche la Svizzera del vino. La vigna viene coltivata in tutti i 26 cantoni, dove circa 1500 viticoltori producono vini di qualità, apprezzati anche fuori dai nostri confini.

🌐 Per informazioni e prenotazioni inquadrare il QR Code



Sparsi nelle sei regioni vinicole della Svizzera, questi alloggi esclusivi sono un invito a

## Azienda vinicola Château du Crest, J. Meyer & Cie (GE)

Una dimora storica del 1220 nel cuore della natura ginevrina. Un vigneto di una ventina di ettari, un luogo dove l'enoturismo si è evoluto e nobilitato. Questo è lo Château du Crest. Situato a Jussy, a soli 15 minuti dal centro di Ginevra, questa azienda vinicola offre un'accoglienza autentica e propone ai suoi ospiti di condividere il quotidiano della gente della terra. Il posto perfetto per fare incontri appassionati sul tema del vino e scambi di esperienze.



## Chalet Diognysos bed & breakfast (VS)

Nella frazione di Diogne, situata a 1000 m di quota nel comune di Crans-Montana, lo Chalet Diognysos punta al comfort e alla sostenibilità ecologica. I proprietari, amanti della tavola e del buon vino, mettono l'accento sui prodotti del territorio e propongono degustazioni di vini della regione. Qui, gli ospiti dormono in 5370 litri di felicità! Si tratta infatti di una vera e propria botte, battezzata « Il Colpo di Fulmine », che d'estate si trasforma in una piccola stanza romantica ed insolita.

## Castello Salavaux (VD)

Il Castello Salavaux è una proprietà situata nei vigneti del Vully. Rilevata nel 2021 da una giovane coppia, Neïla e Flavio Benedetto, questa bella dimora storica è dotata di un ristorante dalla raffinata cucina che esalta la stagionalità dei prodotti locali. Un'attenzione particolare è dedicata ai vini della regione del Vully, la più piccola regione vinicola della Svizzera. Aggiungeteci una sala ricavata in una suggestiva cantina e diciassette camere. Ecco dove fare una vita da re, il tempo di una Grape Escape!



## La Capite (VD)

Una Capite, sapete cos'è? Una piccola casetta semplice ed autentica che serviva al riposo dei vignaioli. Oggi ristrutturata dalla famiglia Perdrizat-Duboux, questa Capite fa parte delle camere del B&B Le Vigny a Cully. Circondata dai vigneti e con vista sul lago, aperta solo nella bella stagione, la Capite non ha acqua, né corrente, né riscaldamento (comodità che si trovano però nella casa situata a 30 metri). Una rusticità compensata dal fascino dei muri bianchi, dei mobili antichi e del pavimento di legno.



# Tutto è nel contorno

Insieme ai professionisti del gusto, Léguriviera fornisce frutta e verdura d'eccezione per ispirare piatti saporiti in ogni stagione.

Affinché il piacere ed il benessere simbolizzino il cuore dei vostri piatti... contattateci !



Léguriviera  
GROUPE  
Frutta e verdura d'eccezione



VEVEY  
CAROUGE PRÈS GENÈVE



BASEL



ACLENS



ROMANEL-  
SUR-MORGES



VEVEY  
MONTREUX



BULLE

T. 058 595 95 00  
info@leguriviera-groupe.ch  
www.leguriviera-groupe.ch

## Crociera sull'Attila Boutique Boatel, Trois-Lacs

A bordo dell'unico battello da crociera-albergo della Svizzera, gli ospiti scoprono i vigneti pittoreschi della regione vinicola che circonda i tre grandi laghi del Giura: Lago di Neuchâtel, Lago di Bienna e Lago di Morat. Una mini-crociera di lusso, che permette di rilassarsi apprezzando la cultura vinicola regionale (con visita di aziende e degustazioni) mentre ci si fa coccolare dallo staff di bordo.



## Birdbox, Curzútt (TI)

Una casetta per gli uccelli. Questo è il concetto di Birdbox: una camera adagiata nella natura, come se fosse un nido d'uccello. Questa struttura contemporanea, dotata di ogni comfort, è situata in un contesto storico e paesaggistico di grande pregio che invita alla contemplazione. In questa originale stanza, ci si sveglia col canto degli uccelli, di fronte alla Chiesa di San Barnárd, monumento di importanza nazionale. Birdbox dista solo 45 minuti dal Ponte Tibetano Carasc – una delle attrazioni più importanti del Bellinzonese. A pochi passi si trova il Ristorante Ostello Curzútt.

## Safari in bicicletta (TG)

Vi piace il campeggio e andare in bici? Il safari avventura proposto nel Schaffhauserland e in Turgovia è fatto per voi! Il concetto è originale, semplice ed accessibile a tutti. Ci si sposta in bici elettrica dotata di una tenda da campeggio pieghevole per due persone. L'itinerario di tre giorni conduce gli ospiti attraverso le zone vinicole di Sciaffusa, Iselisberg e Seebachtal. Un circuito con partenza dal Campeggio Wagenhausen, che vi farà scoprire i vigneti di una regione incantevole.



## Dormire sotto le stelle – Hotel-bolla & Forfait Vini, Kartause Ittingen, Ittingen (TG)

Nei letti fiabeschi di Turgovia Turismo si dorme sotto le stelle, in mezzo a giardini, orti e vigneti. Queste tende sferiche, trasparenti e comodamente arredate, permettono di vivere un'esperienza magica sotto il cielo stellato in vari luoghi della Turgovia. Vi innamorerete dell'hotel-bolla situato nel vigneto della Certosa di Ittingen, che vanta una lunga tradizione vinicola nel cuore della Svizzera orientale.



LEÇON 1:

RIEN NE  
VIN PLUS.



APPRENDRE LE FRANÇAIS,  
ÇA VIN MIEUX AVEC  
L'ESCARGOT DE VAUD.

Schweiz. Natürlich.



SWISS WINE  
**VAUD**

ESCARGOTROUGE.CH



BUONI PER I GIOVANI

# La gastronomia per i giovani

**G**razie alla Settimana del Gusto, i giovani dai 18 ai 25 anni hanno un accesso privilegiato ai migliori ristoranti della Svizzera. La manifestazione, che intende sensibilizzare i giovani al gusto, al rispetto del cibo, al piacere di cucinare e di mangiare bene, offre agli epicurei in erba la possibilità di scoprire i piaceri dell'alta cucina ad un prezzo accessibile.

Nata nel 2007 da un'idea del comitato vallesano della Settimana del Gusto, l'iniziativa ha conquistato anno dopo anno tutte le regioni della Svizzera. I Buoni per i Giovani presentano l'alta gastronomia ad un pubblico inedito, dando così l'opportunità ai ristoratori di incontrare la loro clientela di domani e di

sedurre i giovani alla ricerca di un colpo di fulmine gastronomico.

La formula è semplice ed efficace: un menù da 4 portate, accompagnato da vini della regione, per 60 frs. Scopri tutti i ristoranti aderenti su [gout.ch](http://gout.ch)!

Con il generoso sostegno dell'Office des Vins Vaudois, di Swiss Wine Valais, dei Services Industriels de Lausanne e dei Services Industriels de Genève.

🌐 Per informazioni e iscrizioni inquadrare il QR Code



LA BONNE ÉNERGIE

POUR UN AVENIR

DURABLE

**SIG**

**(A)(I)(M)(E)**

**la Semaine  
du Goût**



**Carlo Crisci,  
cuoco visionario**



## Il Merito culinario svizzero d'onore 2024 è stato assegnato all'ex-chef emblematico del « Cerf » di Cossonay, per il suo contributo eccezionale e il suo talento gastronomico da precursore.

🕒 Testo, Isabelle Bratschi 📷 Foto, José Crespo

**S**i immaginava artista, grafico o sarto. Forse, è stato un po' tutti e tre, forse anche di più. Lo chef del « Cerf » di Cossonay, Carlo Crisci è un'icona della gastronomia che ha segnato un'epoca, come Marc Rothko con le sue composizioni, Milton Glaser con il suo « I love NY » o Karl Lagerfeld con la sua follia. Un vero precursore, pioniere di rivoluzioni culinarie, con la cottura a bassa temperatura, gli abbinamenti terra-mare, il concetto dei piatti quadrati, e addirittura la creazione di divise da cuoco fatte su misura. Tra i primi ha preso le distanze dalla tradizione, per rivisitarla meglio. Si è divertito immaginando e realizzando piatti d'autore che rimangono impressi nella memoria di coloro che hanno assaggiato la sua cucina. Per tutto questo, meritava un premio d'onore.

### 🕒 Ricevere un tale premio, è una gioia ?

**CC** Il premio d'onore ti conferma che sei in pensione (ride). Al di là di questo, chiude in bellezza una carriera, permette di ringraziare un cuoco e la sua squadra. Lo apprezzo ancora di più, dato che è assegnato da professionisti del settore culinario.

### 🕒 In che cosa il suo percorso è stato atipico, rivoluzionario ?

**CC** Non avendo seguito un percorso classico in un grande ristorante, ho portato un tocco di libertà. Ho forse inventato la cottura sotto vuoto al minuto, che permetteva di non riscaldare più le pietanze appena prima di servirle, ma di condensare i sapori e di ottenere, ad esempio, dei pesci traslucidi. All'epoca, era una novità.

### 🕒 Chi l'ha ispirata, le ha dato voglia di diventare cuoco ?

**CC** Mio padre che era cuoco, ovviamente, ma anche mio nonno che era contadino e amava profondamente la materia prima. L'idea della cottura lenta me l'ha data lui. Un giorno ha cucinato il miglior capretto di tutta la mia vita. All'epoca, c'era ancora il camino in cucina. L'ho visto levare la brace, posare la pietanza accanto, coprirla e dirmi : « Vieni, andiamo a salutare la famiglia ». Due ore dopo, era pronto, sublime !

### 🕒 Il piatto più folle ?

**CC** Il carpaccio di piccione alle ostriche. Un abbinamento improbabile ma che funziona talmente bene ...

### 🕒 Il ricordo più bello ?

**CC** Ogni singolo giorno. I clienti ci hanno dato carta bianca. Ringrazio mia moglie Christine che, per 40 anni al Cerf, si è occupata della gestione. Lo dico con una punta di umorismo, ma è stata lei a lavorare per davvero, io mi sono divertito.

### Tutti loro lo Meritano

Il premio del Merito culinario svizzero è stato creato cinque anni fa per valorizzare l'eccellenza della gastronomia del nostro paese. Ogni anno viene assegnato a quattro o

cinque chef e a due pasticceri. Nel 2024 il Merito è stato attribuito a Marie Robert, Dominique Gauthier, Peter Knogl, Nenad Mlinarevic e Fabrizio Zanetti, nonché al duo di pasticceri Séverin Gerber & Grégory Wyss, e a Thomas Schwarzenberger.

A top-down view of a grid of dark brown coffee beans arranged in a regular pattern on a light blue background. The beans are slightly shadowed, giving them a three-dimensional appearance.

DELTA CAFÉS

# Un mondo di eccellenza



Il marchio per antonomasia del caffè portoghese, presente in Svizzera dal 2016, si è guadagnato una bella reputazione. Per la sua qualità, la sua capacità di innovare, ma anche per la sua filosofia sostenibile.

© Testo, Manuella Magnin © Foto, DR

**A** 230 km ad est di Lisbona, poco distante dal confine spagnolo, il borgo di Campo Maior è un luogo che i Portoghesi amano molto. Ed è qui, nella regione dell'Alentejo, conosciuta anche all'estero per i suoi vini, che viene torrefatto uno dei migliori caffè del mercato.

In Portogallo e nel mondo intero, il nome Delta è sinonimo di buon caffè e di successo commerciale, un successo che è iniziato più di mezzo-secolo fa grazie a Rui Nabeiro, un visionario che aveva un sogno e l'ha trasformato in realtà.

Tutto è cominciato nel 1961. Forte dell'esperienza acquisita presso uno zio torrefattore, il giovane Rui fonda Delta con l'aiuto di tre impiegati, in un piccolo magazzino di 50 mq dotato di due torrefattrici con una capacità di appena 30 kg l'una.

Non essendo il Portogallo un paese produttore di caffè, il successo del marchio dal logo triangolare è sempre dipeso dalla sua capacità di importare materie prime con le migliori origini. Oggi Delta riceve caffè verde Arabica e Robusta da una quarantina di paesi, in particolare dal Vietnam, dal Brasile e dalla Colombia. Ogni caffè proposto da Delta è frutto di un assemblaggio di diverse origini, per garantirne la qualità.

#### «Un cliente, un amico»

Marchio dal volto umano, con il suo motto «Un cliente, un amico», Delta si è progressivamente imposto sul mercato portoghese a partire dalla seconda metà degli anni 1970, per poi diventare la maggior fabbrica di torrefazione della penisola iberica. Nel 1994, fu la prima impresa portoghese ad ottenere la certificazione di qualità, seguita negli anni da altre certificazioni di sostenibilità e di responsabilità sociale.

Dalla metà degli anni 1990, Delta è leader dell'industria del caffè in Portogallo, sia nei canali di vendita con consumazioni sul posto, sia nei prodotti da asporto. Una leadership rafforzata nel 2007 dal lancio del marchio di caffè in capsule Delta Q.

Il gruppo Nabeiro-Delta Cafés impiega circa 4000 persone divise fra il Portogallo, la Spagna, la Francia, la Svizzera, il Lussemburgo, l'Angola, il Brasile e la Cina.

L'espansione sui mercati internazionali e l'innovazione sono i pilastri che sostengono la sua strategia di crescita, con l'obiettivo di entrare nella Top ten mondiale dei marchi di caffè.

Un'ambizione che non è sfuggita ad un leader del settore basato in Svizzera, che ha tentato, senza successo, di acquistare l'azienda.



#### In Svizzera dal 2016

Delta Cafés, rappresentato da Novadelta, è presente in Svizzera da gennaio 2016. Conta oggi 45 impiegati e quasi 2000 clienti in tutte le aree linguistiche. Per la gioia dei circa 260 000 Portoghesi residenti in Svizzera, ma non solo. Il caffè è senza dubbio il core business dell'azienda, che ha però anche diversificato le sue attività distribuendo altri prodotti alimentari, come vino e olio d'oliva. Il portafoglio clienti di Novadelta Suisse nel settore alberghiero e della ristorazione comprende imprese ed istituzioni rinomate quali Swiss Education Group (5 campus), Accor Suisse, Warwick Hotel, JetAviation e l'Ospedale cantonale del Vallese, fra tanti altri.

Novadelta punta anche a sedurre i privati, con il suo caffè in chicchi e le sue capsule Delta Q.

Per farsi conoscere, Delta è presente nelle fiere di settore, come Divinum o Careho. E' anche sponsor del Venoge Festival. I suoi caffè sono in vendita da Aligro, Conforama, Prodega e online su Galaxus.



# Vini d'emozione, terra di sapori.

*#tavolataVS*

Svizzera. Naturalmente.

Da consumare con moderazione

 SWISS WINE  
VALAIS

 Valais

swisswinevalais.ch

OCTANE



### L'innovazione come motore

Novadelta considera l'innovazione il cuore della sua strategia, e può vantarsi di proporre ogni anno 5-6 novità sul mercato. RISE Delta Q with Starck è la nuova macchina del caffè Delta Q disegnata da Philippe Starck e dotata del sistema RISE, un processo rivoluzionario di erogazione invertita del caffè.

L'intero sistema è stato ripensato. Unico nell'industria del caffè, conta più di 20 brevetti tecnici internazionali. Erogato dal basso verso l'alto, il caffè passa attraverso il fondo della tazza, intensificando così il suo gusto e i suoi aromi e formando una schiuma cremosa.

Il marchio Delta Q ha anche sviluppato una nuova capsula, realizzata con biomateriali provenienti da oli vegetali presenti in natura.

### La sostenibilità

Azienda a conduzione familiare fin dalla sua creazione, Novadelta ha sempre tenuto a bilanciare lo sviluppo economico e quello sociale. Ha ampiamente contribuito allo sviluppo dell'Alentejo, malgrado costi logistici importanti, rifiutando persino l'offerta di acquisizione da parte di Nestlé, che non voleva impegnarsi a garantire il proseguimento dell'attività dell'impresa nella regione per 30 anni.

La sua gestione delle risorse umane va ben oltre quanto previsto dalla legge in termini di

stipendio, ore di lavoro, salute e formazione professionale.

Novadelta è molto attenta a ridurre l'impatto ambientale delle sue attività e a rafforzare la sostenibilità delle comunità produttrici di caffè.



# « Genève Région – Terre Avenir » festeggia 20 anni



**Creato nel 2004 dalle Autorità Ginevrine, il marchio di garanzia GRTA è sinonimo di prossimità, qualità, tracciabilità ed equità. Ha permesso di sviluppare la produzione locale, come ad esempio la soia, trasformata in tofu.**

⌘ Testo, Manuella Magnin © Foto, DR

**Q**uest'anno GRTA soffiava 20 candeline e la sua popolarità è in costante aumento presso i consumatori. Più di 355 imprese di produzione, trasformazione o distribuzione utilizzano il marchio di garanzia GRTA e circa 440 ristoranti sono autorizzati ad esibirlo.

Questo marchio di garanzia prende spunto dalla legge cantonale ginevrina sulla promozione dell'agricoltura e dal suo regolamento d'uso. Sono quindi le Autorità Ginevrine ad esserne titolari e garanti. GRTA è sinonimo di prodotti freschi e di qualità. Delle norme di produzione molto severe devono infatti essere seguite (requisiti di prestazioni ecologiche, produzione integrata, niente OGM, benessere animale). Fanno parte delle esigenze del marchio anche condizioni di lavoro eque, il rispetto dei contratti collettivi e uno stipendio corretto per i lavoratori agricoli.

Le aree di produzione sono limitate al canton Ginevra e alle sue zone franche, nonché all'enclave ginevrina di Céligny, situata nel canton Vaud.

## **Controlli**

I generi alimentari GRTA sono controllati dal campo fino al piatto da un organismo indipendente. Dei controlli a sorpresa sono previsti in tutte le fasi della filiera, che siano produttori, trasformati, distributori o ristoranti.

Per assicurarsi che non ci siano frodi sulla merce, dei controlli sono previsti anche sugli animali abbattuti nel canton Ginevra, tramite l'analisi del loro DNA. Proviande, il consorzio svizzero della filiera della carne, effettua controlli a monte presso macellerie e grandi distributori.

## LA SOIA GRТА

### Una filiera dinamica

A Presinge, la famiglia Läser gestisce da un secolo il Domaine de l'Abbaye, che appartiene alle Autorità Ginevrine e vanta il marchio di qualità Bourgeon Bio Suisse. Thomas Läser dedica 10 ettari alla soia, sui quali produce 20-22 tonnellate all'anno di semi di soia bio GRТА della varietà Proteix, ricca di proteine e sviluppata in Svizzera. «Tutta la nostra soia viene trasformata da Swissoja a Ginevra. Per noi, è un nuovo sbocco molto interessante», commenta l'agricoltore. Una quindicina di fattorie producono soia GRТА nel cantone. Una coltura difficile? «Negli anni di siccità, i semi sono molto più piccoli, ma non ci possiamo permettere di annaffiare la soia, perché l'acqua è molto costosa a Ginevra». La soia può anche presentare delle macchie sui semi, che vengono allora declassati e destinati ad alimentare il bestiame. Una perdita economica per l'agricoltore.

La soia viene seminata dal 10 maggio al 10 giugno e raccolta con la mietitrebbiatrice a fine settembre. Viene poi portata al Mulino Rytz di Biberen, nel canton Berna, dove viene selezionata grazie ad un separatore ottico di ultima generazione.



## TOFU GRТА LAVORATO NEL CUORE DI GINEVRA

L'impresa Swissoja produce tofu e bevande di soia col marchio di qualità Bio Bourgeon Suisse per tutto il paese, e certificato GRТА per il mercato locale.

I prodotti locali vanno a gonfie vele. Non sarà certo Manuel Martinez, direttore di Swissoja, a dire il contrario. «La nostra impresa è orgogliosa di poter proporre del tofu di qualità a base di soia locale e biologica, lavorato artigianalmente nella nostra fabbrica ginevrina. Ci teniamo a sviluppare prodotti naturali, privi di aromi artificiali e conservanti, con un impatto positivo sull'ambiente e sulla



**120 ans**  
de savoir-faire chocolatier suisse au service  
des gourmets du monde entier



120 Jahre Schweizer Schokoladen-Know-how  
für Feinschmecker auf der ganzen Welt

120 anni di esperienza nella cioccolateria svizzera al servizio  
dei buongustai del mondo intero



**FABRIQUÉ À FRIBOURG**  
Hergestellt in Freiburg  
Prodotto a Friburgo



**LAIT SUISSE**  
Schweizer Milch  
Latte svizzero



**SUCRE SUISSE**  
Schweizer Zucker  
Zucchero svizzero



**FÈVES TORRÉFIÉES À FRIBOURG**  
In Freiburg geröstete Kakaobohnen  
Semi di cacao arrostiti a Friburgo



[www.villars.com](http://www.villars.com) - : [chocolatvillars / chocolatvillars.pro](https://www.instagram.com/chocolatvillars)



I biscotti da aperitivo di Agathe.



[WWW.BISCUITS-AGATHE.CH](http://WWW.BISCUITS-AGATHE.CH)  
[@biscuits\\_agathe](https://www.instagram.com/biscuits_agathe)



ALLE ERBE AROMATICHE DEL  
GRAND-SAINT-BERNARD.



AL GRUYÈRE AOP



I primi biscotti  
certificati Bio suisse



Prodotto a  
circuitu breve



Con del burro  
svizzero pregiato



salute, in accordo con la nostra mission che è quella di creare e promuovere un'alimentazione sana a base di soia biologica svizzera ».

### **GRTA dal 2016**

Già dalla sua creazione, Swissoja ha sempre puntato a lavorare con prodotti locali, tuttavia la coltivazione della soia in Svizzera è piuttosto recente. L'impresa lavora esclusivamente soia biologica svizzera dal 2014, e soia GRTA dal 2016. « Siamo stati contattati nel 2016 dai mulini Rytz che ci hanno proposto della soia biologica certificata GRTA. L'obiettivo era che la soia prodotta dalle fattorie ginevrine fosse trasformata da noi, un'idea interessante che ci ha subito convinti », spiega Manuel Martinez.



Sfida accettata! È nel quartiere Acacias che i semi ginevrini diventano tofu. I semi di soia vengono messi in ammollo, pressati, bolliti e filtrati. Così nasce il latte di soia. Viene subito imbottigliato, e venduto come bevanda di soia fresca, l'unica ad essere venduta al banco del fresco. Il latte di soia può anche essere fatto coagulare e trasformato in tofu.

Swissoja propone il suo tofu in porzioni e in piatti pronti già conditi con ingredienti naturali di prima qualità e sempre biologici. L'impresa vende anche dell'Okara, una polpa di soia ricca di fibre e proteine che può sostituire le uova e la farina. Swissoja valorizza così questa sostanza formatasi durante la pressatura dei semi, per evitare che finisca in scarto alimentare.

### **Domanda in crescita**

Il mercato per i prodotti vegetariani, locali e sani è in continua espansione. « Siamo molto richiesti nella ristorazione collettiva, così come dalle mense delle scuole, degli asili e degli ospedali. I nostri prodotti sono apprezzati per la loro alta qualità e per il fatto che sono naturali e provenienti da filiera corta, diversamente da altri surrogati della carne. »

Il tofu bio e certificato GRTA di Swissoja è anche disponibile presso Migros Genève, nonché in numerosi alimentari del cantone. Si può anche ordinare online su [www.swissoja.ch](http://www.swissoja.ch) dove troverete anche tante ricette per scoprire ed apprezzare al meglio un buon tofu.

Swissoja continua a sviluppare il suo assortimento con l'arrivo - a breve - del tofu panato e delle bevande di soia aromatizzate al caffè o al cioccolato. Per quanto riguarda la comunicazione, l'impresa cerca di far passare il messaggio ai consumatori che il tofu può essere 100% locale, biologico, e soprattutto buonissimo.

🌐 [swissoja.ch](http://swissoja.ch)



# Per Eldora, i cereali sono alla base dell'alimentazione



**Il più importante attore della ristorazione collettiva in Svizzera francese riserva ai cereali un posto speciale. Intervistiamo le sue dietetiste.**

Ⓜ Intervista, Manuella Magnin © Foto, DR

Ⓜ **Nadia Mendonça e Jennifer Bouhon, in qualità di dietetiste di Eldora, monitorate l'equilibrio alimentare di circa 60 000 persone ogni giorno.**

**Quale importanza accordate ai cereali?**

**NM** Sono alla base dell'equilibrio alimentare. I cereali sono dei glucidi che fanno da carburante per il corpo. Devono rappresentare un terzo del piatto e il 45-55% del fabbisogno energetico quotidiano.

**JB** I cereali sono ricchi di fibre, minerali e vitamine. Facilitano il transito intestinale e ci proteggono contro alcune malattie come il cancro. Inoltre, inducono maggiore sazietà, soprattutto se sono integrali.

Ⓜ **I pasti serviti da Eldora si rivolgono sia ai bimbi piccoli che agli adolescenti, agli adulti e agli anziani. Il fabbisogno di cereali deve essere differenziato in base alle fasce di età?**

**NM** Cerchiamo sempre di fare in modo che ci sia almeno un tipo di carboidrato in ogni pasto. Cerchiamo di educare i bimbi piccoli ai diversi sapori facendo loro scoprire nuove varietà. Nei bambini, il fabbisogno energetico aumenta, soprattutto con l'arrivo

dell'adolescenza. Possono servirsi due volte i carboidrati, se vogliono. In età adulta, il fabbisogno si stabilizza.

**JB** Per gli anziani, è importante mangiare carboidrati la sera. Anche se il loro appetito potrebbe diminuire con l'età, è importante che venga servita loro la giusta quantità di glucidi. Questa fascia di età è anche più complicata, perché spesso apprezza solo le patate. È una questione di abitudine alimentare.

Ⓜ **In qualità di dietetiste, come vi rapportate con i cuochi per guidarli nella scelta dei cereali o delle ricette?**

**NM** Per i bambini, collaboriamo con « Fourchette verte » che richiede un cereale integrale a settimana. Abbiamo creato un supporto destinato ai cuochi che elenca i cereali in base al loro tenore di fibre. Supervisioniamo anche le mense, per evitare doppijoni nella scelta delle varietà.

**JB** Con lo sviluppo dei pasti vegetariani, incoraggiamo i cuochi a valorizzare i cereali, ad esempio col nostro concetto Vitality che prevede la presenza di cereali integrali 3 giorni alla settimana.



# Sorgo verdure di stagione, broccoletti grigliati

Una ricetta per bambini di  
Stéphane Thoréton,  
Capo cuoco esecutivo di Eldora

👤 per 4 persone  
⌚ ca. 45 min

200 g di sorgo locale  
1 l di acqua salata  
80 g di olio d'oliva  
100 g di carote julienne  
100 g di sedano rapa julienne  
100 g di cipolla rossa tagliata  
sottile  
5 g di aglio  
4 gambi di broccoletti  
½ mazzetto di erba cipollina  
½ lattina di piquillos  
30 g di nocciole grigliate  
30 g di harissa (a piacere per  
i più grandi e gli adolescenti)  
+ Sale

- ① Lessare il sorgo circa 1h30 in acqua salata. Scolare.
- ② Saltare le verdure nell'olio d'oliva. Aggiungere il sorgo.
- ③ Frullare i piquillos con l'harissa (se quest'ultima viene utilizzata) e 20 g di olio d'oliva.
- ④ Aggiungere il purè di piquillos nel sorgo e terminare la cottura.
- ⑤ Aggiungere l'erba cipollina tagliata fine.
- ⑥ Grigliare leggermente i broccoletti.
- ⑦ Adagiare il sorgo ben cremoso in un piatto fondo, e decorare con i broccoletti

## L'approvvigionamento in cereali

Eldora gestisce 291 ristoranti. L'impresa acquista 450 tonnellate di cereali all'anno, con o senza glutine. Una cifra che rappresenta l'1% dell'ammontare totale degli acquisti, esclusi

il pane e i cereali contenuti nei lattini vegetali e nei piatti preconfezionati. Il Direttore dell'approvvigionamento di Eldora, Olivier Feyer, privilegia il più possibile i cereali locali prodotti nelle varie regioni del Paese, che sia il bulghur IP-Suisse, la quinoa, il mais da popcorn, il frumento, i

flocchi di avena, il miglio, l'orzo perlato, il sorgo o la polenta bramata. L'impresa si approvvigiona pure presso grandi fornitori svizzeri quali Zwicky e Familia. Sui 200 prodotti acquistati in media all'anno, 73 sono certificati svizzeri.

Una ricetta di Jan Tittel,  
Vice-capo cuoco esecutivo  
di Eldora.

👤 per 4 persone  
🕒 ca. 1h30

#### Zenzero e carote

200 g di carote  
20 g di zenzero bio  
3 foglie di menta piperita  
1 cucchiaino da tavola  
di olio d'oliva  
1 rametto di timo  
1 pizzico di pepe di Cayenne  
+ sale, pepe

#### Broccoli

300 g di broccoli in cespo  
1 cucchiaino da tavola  
di olio d'oliva  
1 pizzico di noce moscata  
+ sale

#### Ceci fritti

200 g di ceci cotti  
1 pizzico di curcuma  
1 cucchiaino da tavola  
di olio d'oliva  
1 pizzico di cumino  
+ sale, pepe

#### Hummus all'avocado

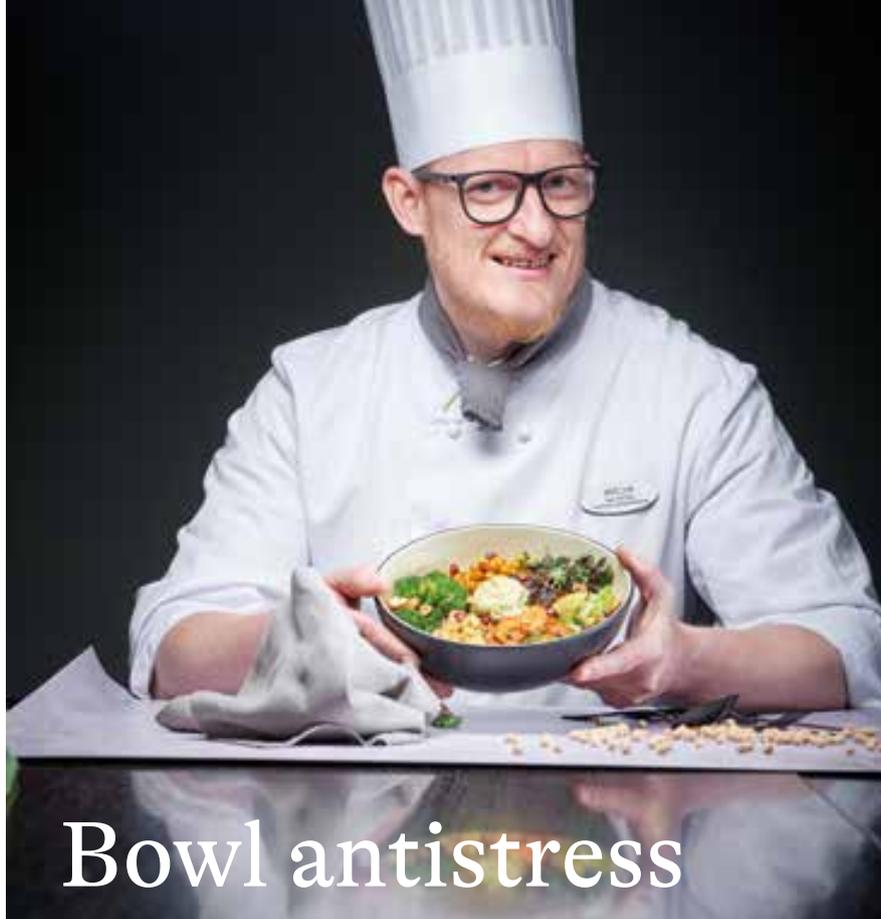
100 g di ceci cotti  
1 spicchio d'aglio grattugiato  
finemente  
1 pizzico di cumino in polvere  
1 cucchiaino da tavola  
di olio d'oliva  
½ avocado maturo  
1 cucchiaino da tavola  
di pasta di sesamo  
1 cucchiaino da tavola  
di succo di limone  
½ peperoncino  
+ sale pepe

#### Pilaf ai cereali

200 g di cereali misti (orzo, riso  
integrale, avena, farro,  
segale, lenticchie brune  
e rosse, grano saraceno, riso  
selvaggio)  
200 ml di brodo vegetale  
1 cucchiaino da tavola  
di olio d'oliva  
1 foglia di alloro  
¼ di cipolla  
2 chiodi di garofano

#### Guarnizione

1 melograno  
4 cucchiaini da tavola di  
anacardi tostati e tritati  
40 g di micro ortaggi  
(ravanello, pisello, girasole)



# Bowl antistress

#### Zenzero e carote

- ① Sbucciare le carote e tagliarle a dadini di 1 cm, affettare finemente lo zenzero.
- ② Lavare il timo e prenderne le foglie. Lavare la menta e tagliarla a striscioline.
- ③ Amalgamare bene tutti gli ingredienti e condire, poi cuocere in forno a 180°C per 15-20 min.

#### Broccoli

Tagliare il broccolo a mazzetti. Sbollentarli velocemente in acqua salata. Passarli sotto l'acqua ghiacciata. Condire con l'olio d'oliva, il sale e la noce moscata.

#### Ceci fritti

Scaldare l'olio d'oliva. Aggiungere i ceci scolati e le spezie, passare in padella e aggiustare di sale e di pepe.

#### Hummus all'avocado

- ① Schiacciare la polpa dell'avocado con la forchetta. Ridurre il peperoncino in rondelle sottili.
- ② Frullare i ceci, l'aglio, la pasta di sesamo, il succo di limone, il cumino e l'olio d'oliva fino ad ottenere una crema. In seguito, incorporare l'avocado schiacciato e le lamelle. Aggiustare di sale e di pepe.

#### Pilaw ai cereali

Lavare accuratamente il mix di cereali con l'acqua fredda. Disporlo con il resto degli ingredienti in una pirofila e coprire con un coperchio o con un foglio d'alluminio. Cuocere in forno a 150°C per 35-40 min.

#### Guarnizione

Dividere in due parti il melograno e raccoglierne i semi.

Sistemare tutti gli ingredienti armoniosamente in una ciotola.



QOQA

# La comunità svizzera degli epicurei



Un milione di aficionados ha aderito alla Comunità immaginata nel 2005 in un garage a La Tour-de-Peilz dal suo fondatore Pascal Meyer. Le « Lontre » trovano nel loro menu giornaliero offerte di vari tipi, testate ed approvate, ma anche esperienze per epicurei irriducibili.

**S**iete enofili agguerriti? Non resistete davanti a una birra fresca o piatti gourmet? Vi piace andarvene a zonzo per qualche giorno in Svizzera e in Europa? O preferite ritrovarvi in un ristorante carino con degli amici che, come voi, amano mangiare bene? Se tutto ciò vi è familiare, fate sicuramente parte della grande comunità delle Lontre. Insieme a tutti gli Svizzeri che, dietro ai loro smartphone, scoprono ogni giorno quello che la App ha scovato per loro. E siete in 300'000, ogni giorno, a cliccare per saperne di più su qualche offerta!

Un successo che non è frutto del caso. Se l'atmosfera che regna nel QG (Quartiere generale) di QoQa a Bussigny richiama quella di un campo estivo, le Lontre (le mascotte di QoQa) di ogni reparto vantano curricula di tutto rispetto, come ad esempio la squadra «QoQa Vini» che alimenta l'App con le sue

perle (vedi sotto). Ogni anno, Benoit, Yvan e Charles assaggiano più di 3000 bottiglie per selezionare i vini presentati nelle offerte. Anche se percorrono regolarmente le strade del vino e partecipano alle fiere per incontrare i viticoltori, le degustazioni di selezione si svolgono sempre in ufficio per evitare ogni influenza esterna.

Niente a che vedere con le proposte degli odierni venditori di tappeti del web: tutte le offerte QoQa sono pensate e testate da professionisti. Ai controlli del reparto «Esperienze», che si occupa di soggiorni e alberghi, troviamo Guillaume Luyet, diplomato presso la prestigiosa École hôtelière de Lausanne, e Caroline Jenny, proveniente dall'hôtellerie di lusso, pronti a stupirvi allo Stamm di Bussigny, il ristorante di QoQa, o con soggiorni indimenticabili. Soggiorni testati dalle Lontre, ovviamente!

■ **Yvan Bosteels**  
aka **Qombucha**

Un belga-ginevrino con origini neozelandesi, lui è il globetrotter appassionato di fermentazioni che completa la squadra. Con una formazione presso l'École hôtelière de Lausanne e la Scuola universitaria di Changins, è un po' il factotum della degustazione. Il suo playground di predilezione sono i vigneti svizzeri.

▲ **Charles Perrier**  
aka **Qaviste**

Per lui, il vino è prima di tutto una storia, un luogo unico, un legame intimo con l'ambiente, una connessione particolare con gli uomini e le donne che sono dietro ad ogni bottiglia e, soprattutto, un gusto unico che sa di territorio. Forte di una formazione nell'hospitality, di un diploma di agronomo in viticoltura ed enologia, ha acquisito una vasta esperienza in tutta Europa.



● **Benoit Charache**  
aka **Mr. Qwine**

Un solido contadino cresciuto nei vigneti di famiglia in Borgogna prima di formarsi al liceo viticolo di Beaune. Appassionato e appassionante, è stato lui a creare il mondo «AlQool», che spegne 15 candeline con QoQa. Per lui, la vita si riassume nell'aver «2 piedi nella terra, 2 nell'uva e il naso nel bicchiere»!



Lo Stamm è il punto di incontro delle Lontre, degli impiegati delle aziende situate nei dintorni, e della Qomunità. A pranzo, tutti si ritrovano per degustare il menù del giorno, cucinato con prodotti freschi e locali. Questo ristorante, che non somiglia a nessun altro, con le sue isole da cucina collocate nel bel mezzo della sala e le sue tavolate da 10 persone da condividere con altri ospiti, dispone anche di un bar. Il posto perfetto per l'aperitivo, accompagnato da tapas deliziose.

Lo Stamm si è fatto conoscere anche fuori da Bussigny grazie alle serate Qchef, in vendita su QoQa. Il concetto? Grandi nomi della gastronomia, ma anche giovani talenti super promettenti, fanno scoprire la loro cucina sotto forma di serate e menù a tema.

#### **Aperto a tutti la sera da settembre**

Ecco un'altra novità che dovrebbe allettare gli epicurei: dalla seconda quindicina di settembre, che coincide con la Settimana del Gusto, lo Stamm sarà aperto tutte le sere (tranne domenica e lunedì). La squadra del ristorante, gestita da Ricardo, non vede l'ora di farvi scoprire la cucina dello chef Patrick e della sua brigata.

## LO STAMM, UN LUOGO UNICO



🌐 [qoqa.ch](http://qoqa.ch)

## BIRRE ARTIGIANALI



Per gli amanti di birre artigianali svizzere o estere, QoQa è l'indirizzo da annotarsi. Qrew vuole dinamizzare e diffondere la produzione di birra artigianale svizzera. E creare così una vera e propria piattaforma di creatività e di qualità alimentata da collaborazioni con i migliori birrifici svizzeri ed europei. Ogni giorno, Miss Qbeer (Eva per gli amici), laureata in enologia alla Scuola universitaria di Changins e all'Università di Wädenswil, e Juan Salas (Master in bevande fermentate presso l'URV di Tarragona), condividono le loro scoperte sull'App. Nei sotterranei del QG si nasconde un altro asso: Chris Treanor, il birraio di Qrew. Nato in Irlanda, questo bel barbuto produce ogni mese 6 birre di sua creazione, che rappresentano 1200 hl di produzione quest'anno. Qrew ha visto la luce nel maggio 2022 grazie ad una raccolta fondi. In 22 minuti di orologio, 1 milione di franchi sono stati raccolti per dare vita a questo progetto un po' folle.

# Le nouveau Tiguan



**Le Garage Olympic SA,  
le bon goût pour votre mobilité**

**Pour tout ce que la vie vous réserve**

Le nouveau Tiguan est à la fois sportif et élégant. Il séduit par son design charismatique, son intérieur raffiné et ses technologies avant-gardistes. Passez nous voir et découvrez notre SUV tant apprécié dès aujourd'hui. Nous nous réjouissons de votre visite!



**Garage Olympic SA**

Avenue de France 52, 3960 Sierre, Tél. 027 455 33 33, [info@garageolympic.ch](mailto:info@garageolympic.ch)

Route des Carolins 3, 1950 Sion, Tél. 027 324 78 60, [info@garageolympic.ch](mailto:info@garageolympic.ch)

Route du Levant 151, 1920 Martigny, Tél. 027 721 70 20, [info@garageolympic.ch](mailto:info@garageolympic.ch)

# La Clinica La Source : un grande stile in piccole porzioni

🍷 Testo, Isabelle Bratschi © Foto, DR

**A**ntipasto : minestra alle erbe dell'orto. Piatto principale : filetto di lucioperca arrosto, sughetto di acetosella, riso alle spezie, carciofi spadellati oppure mignonette di agnello, sughetto di santoreggia, orecchiette, coste di bietole. Dolce : tarte tatin oppure composta di prugne. Alla Clinica La Source, i pazienti ricevono un trattamento 5 stelle.

Mentre leggono il menù, scelgono il proprio pasto, lo pregustano contando i minuti che li separano dal momento di assaporarlo, dimenticano per un po' la loro malattia. L'occasione è particolarmente golosa quando i pasti sono elaborati da uno chef rinomato, Thomas Neeser, che ha lavorato presso il Grand Hôtel du Lac di Vevey. Alimentarsi correttamente per guarire prima, ritrovare il gusto della vita, questa è la bella sfida in cui La Source ha deciso di lanciarsi.

« Fra pazienti, collaboratori, medici e visitatori, serviamo in media 500 pasti al giorno, spiega il direttore generale Dimitri

Djordjèvic. A questo, si aggiungono le diete speciali, le intolleranze, le allergie, i piatti adattati ai bisogni di ognuno. Rimango sempre impressionato dall'organizzazione della cucina ».

## **Lottare contro la denutrizione**

Così la Clinica La Source fa le cose in grande stile ... ma con porzioni piccole, per lottare contro la denutrizione dei pazienti. « Con lo chef di prima, avevamo riflettuto su come coprire il fabbisogno proteico-energetico in piccoli volumi, sotto forma di bicchierini, perché quando uno è ricoverato di solito non ha voglia di mangiare un papet vaudois (piatto ricco a base di porri, patate e salsiccia) o un'enorme fonduta, precisa la Dott.ssa Dominique Truchot-Cardot, medico nutrizionista e professoressa ordinaria presso l'HES (scuola universitaria professionale) ». Aggiunge Déborah Moser, dietista della clinica : « Attualmente, in collaborazione con cuochi formati per la cucina dietetica, prepariamo piatti arricchiti di carboidrati e di



alimenti quando devono essere tritati o frullati, ricomporre una coscia di pollo o un broccolo». Dominique Truchot-Cardot aggiunge: «Diversi studi, particolarmente in psichiatria, hanno evidenziato come alcuni colori favoriscano l'appetito. I toni caldi spingono a mangiare. Per esempio, può essere utile scegliere una tovaglietta gialla o arancione. Oltre a questo, bisogna trovare un equilibrio tra ciò che è vitale, ciò che dev'essere evitato, per esempio le allergie, e ciò che deve dare sapore. Va trovato un punto di incontro, garantendo al tempo stesso la massima sicurezza».

proteine. Proponiamo principalmente dei frullati integrati con polvere di proteine e lavoriamo con il capocuoco sugli spuntini salati, sempre ricchi di proteine».

La ricerca lavora anche sui sapori, le consistenze, la presentazione e persino i colori. Tanti elementi in grado di stuzzicare le papille gustative. «Siamo fortunati ad avere degli assistenti che vanno a trovare i pazienti tutti i giorni per seguirli e adattare i pasti ai loro bisogni, sottolinea Déborah Moser. Possiamo conformare gli

### **Mangiare bene per sentirsi meglio**

L'aspetto sociale gioca un ruolo importante. Il fatto di essere circondati dai propri cari, di potersi alzare, uscire dalla propria stanza per andare al ristorante de La Source dà un po' di pepe al quotidiano. Chiamato La Véranda, il locale è intimo, finemente arredato ed accogliente. C'è una bella atmosfera, e vi si incontrano spesso i medici.

Mangiare bene ti fa sentire meglio, prendere del tempo per un buon pasto è anche un modo per distrarsi.



« Avevo condotto uno studio nel reparto di cure intensive che gestivo, ricorda Dominique Truchot-Cardot. Avevamo chiesto ai pazienti quale era il momento più importante per loro, con nostra grande sorpresa, si è rivelato essere il pasto. Quello che dava loro il gusto della vita, era l'attenzione personalizzata con cui veniva presa la comanda. Sono momenti che li fanno evadere dalla cura. Per un istante, dimenticano il loro essere malati ».

Conclude il direttore Dimitri Djordjèvic : « Dopo un soggiorno nella nostra clinica, i pazienti riempiono un questionario. Mi ricordo di uno di loro che, dopo aver subito un gravissimo intervento, aveva menzionato solamente che nella minestra mancava un po' di sale. Vuol dire che tutto il resto era andato piuttosto bene, tutto sommato. »



Dimitri Djordjèvic, Dominique Truchot-Cardot e Déborah Moser.

### Toque et Doc

Con le conferenze « Toque et Doc », il Source Innovation Lab (SILAB) unisce le sue competenze mediche alla maestria culinaria di uno chef per affrontare le grandi sfide della nutrizione. « Il principio è quello di fornire dati scientifici sulla nutrizione per poi metterli in pratica con uno chef, spiega Dominique Truchot-Cardot, responsabile del SILAB. Con la squadra di dietetica e di cucina de La Source, prepara per la seconda parte

della serata un rinfresco a tema ». Dopo lo scorso « Toque et Doc » che affrontava le malattie infiammatorie, le carenze alimentari, la denutrizione e i disturbi della deglutizione, la sessione del 26 settembre sarà dedicata ad un problema maggiore di salute, ovvero la precarietà alimentare degli anziani, alla presenza del professore Serge Rezzi e dello chef della casa di riposo Château de Novalles. Questi eventi sono aperti a tutti, previa prenotazione.

🌐 [lasource.ch](http://lasource.ch)

### NutriSource

In Svizzera, un adulto su sei teme la precarietà. Il cibo è la prima voce di spesa su cui si taglia. Le cause della denutrizione che incontriamo di più in ospedale e con gli anziani sono : i problemi economici, i disturbi del cavo orale, dentali e di deglutizione, alcune malattie, medicinali e trattamenti che provocano un calo di appetito. La Clinica La Source lancia il campanello d'allarme. « Dall'inizio dell'anno, abbiamo avviato il progetto NutriSource che permette di valutare il grado di denutrizione di ogni nuovo paziente ricoverato, spiega la dietista Déborah Moser. Grazie ad un questionario e ad una veloce valutazione clinica, veniamo allertati e possiamo seguire coloro che soffrono di denutrizione, adattare la loro alimentazione durante il loro soggiorno e guidarli nella vita quotidiana ».

« EXQUIS »

# Il nuovo e goloso Gratta & Vinci della Loterie Romande



Dal 20 agosto scorso, gli epicurei della Svizzera francese possono tentare la fortuna grattando un « EXQUIS ». In palio per i più fortunati, premi fino a 60 000 franchi oltre a 12 buoni per due pasti al prestigioso « Hôtel de Ville de Crissier », non prima di aver degustato un aperitivo nelle cucine in compagnia dello chef Franck Giovannini.

Ⓜ Testo, Manuella Magnin © Foto, DR

**L'**avete sempre desiderato, ma il vostro budget non vi permette di realizzare l'irresistibile desiderio di gustare una delle cucine più prestigiose del Paese? Allora tentate la fortuna grattando un « EXQUIS ». Il nuovo Gratta&Vinci della Loterie Romande è in vendita nelle tabaccherie. In palio: premi fino a 60 000 franchi e 12 buoni per 2 menù, del valore di 1100 franchi. E non finisce qui! Se siete il fortunato vincitore di un pasto cucinato dallo chef dalle 3 stelle Michelin, potrete prendere l'aperitivo con lui nelle cucine, e visitare la cantina e il museo del ristorante « l'Hôtel de Ville ». Franck Giovannini ha risposto con entusiasmo alle nostre domande. Intervista.

Ⓜ **Franck Giovannini, che cosa l'ha spinto ad associarsi a questo nuovo Gratta&Vinci?**

FG Volevo offrire la possibilità ad un gran numero di persone di vincere un pasto eccezionale e di scoprire la mia cucina e il mio mondo.

Ⓜ **Cosa hanno in comune la gastronomia e la Loterie Romande?**

FG La gastronomia permette di vivere un momento eccezionale, fuori dal tempo. C'è un'esplosione di emozioni e di sapori, come quando si vince alla lotteria.

Ⓜ **Quale esperienza vivranno i fortunati vincitori?**

FG Condivideremo un aperitivo in cucina, prima di passare a tavola. Degusteranno poi



il Menù gastronomico, che varia a seconda della stagione.

⊕ **Le capita mai di grattare un biglietto della Loterie Romande ?**

**FG** Mi capita ogni tanto, ma direi raramente.

**Ricavi di pubblica utilità**

La Loterie Romande gestisce l'organizzazione dei giochi di lotteria nei sei cantoni della Svizzera francese. Ogni anno, distribuisce l'integralità dei ricavi ad enti di beneficenza.

Fondata il 26 luglio 1937 dai Cantoni di Vaud, Friburgo, Vallese, Neuchâtel e Ginevra, la « Société de la Loterie de la Suisse Romande » è stata creata in origine per aiutare le persone in situazione di precarietà e i disoccupati colpiti dalla crisi economica degli anni Trenta. Questo principio fondatore è stato adottato anche dal cantone del Giura alla sua nascita, nel 1979.

La Loterie Romande propone oggi sette giochi da estrazione (Euro Millions, EuroDreams, Swiss Loto, Magic 3, Magic 4, Loto Express et Banco), una quarantina di biglietti Gratta&Vinci, tante scommesse sportive e scommesse ippiche. Un'offerta che viene costantemente rinnovata e migliorata per far divertire i giocatori.

**5000 progetti sostenuti**

Fin dalla sua creazione, la Loterie Romande ha sempre avuto un unico obiettivo : distribuire tutti i ricavi dei giochi d'azzardo alla comunità. Sostiene l'azione sociale, la cultura, lo sport, l'educazione, la ricerca, il patrimonio e l'ambiente grazie alle entrate delle

lotterie e delle scommesse sportive organizzate nei sei cantoni francofoni. Quasi 5000 progetti di pubblica utilità traggono vantaggio ogni anno da questo modello unico al mondo. In ognuno dei sei cantoni francofoni, un organo di ripartizione esamina le richieste di sostegno secondo criteri specifici.

**Giocare responsabilmente**

La Loterie Romande promuove un importante programma di misure sociali per la prevenzione e la lotta al gioco eccessivo, nei suoi 2400 punti vendita e sulla sua piattaforma di giochi online. Inserisce dei moderatori in tutti i suoi giochi, forma i suoi rivenditori e informa i giocatori dei rischi legati ai giochi d'azzardo, in particolare con un messaggio di prevenzione integrato in tutte le campagne di comunicazione. La Loterie Romande manda dei mystery client a verificare l'applicazione delle misure di protezione dei giocatori e il rispetto del divieto di vendita ai minorenni. Esclude dalla sua piattaforma di giochi online i giocatori che non hanno i mezzi economici per sostenere le loro scommesse. La Loterie Romande s'impegna quotidianamente per assicurare un ambiente di gioco sano e ricreativo.

In numeri (2023)

	<b>420,7 Mlo</b> prodotto lordo dei giochi	<b>243,7 Mlo</b> ricavi versati ad enti di pubblica utilità
<b>80 Mlo</b> commissioni sulle vendite versate ai punti vendita	<b>2,1 Mlo</b> contributo alla prevenzione del gioco eccessivo	
	<b>240</b> collaboratori	<b>22</b> collaboratori in corso di formazione o inserimento professionale

# SWISS Saveurs

## Pre-Order



Sfogli ora il menu  
e preordini

Con il nostro servizio di preordine SWISS Saveurs Pre-Order potrà scegliere già prima della partenza i prodotti freschi che desidera farsi servire a bordo e riceverà uno sconto del 10% sul prezzo.

SWISS Saveurs, il nostro pluripremiato concept gastronomico, offre una grande selezione di prodotti freschi della Confiserie Sprüngli, azienda svizzera a conduzione familiare di caratura mondiale. Disponibile per la maggior parte dei nostri voli europei in partenza da Ginevra e Zurigo. Si lasci ispirare dal nostro menu.



# Carta della Settimana svizzera del Gusto

Il gusto dei prodotti, che hanno tutti una storia da raccontare, è spesso misconosciuto. La cucina si industrializza sempre di più mentre il tempo dedicato a nutrirsi è sempre di meno e si mangia troppo spesso soli.



## Perché una Settimana svizzera del Gusto ?

### **Promuovere il gusto e il piacere di mangiare**

La Settimana del Gusto vuole suscitare in ogni persona il desiderio di fare scoperte culinarie, di fermarsi a degustare, di interrogarsi sul nostro rapporto con l'alimentazione, e stimolare la curiosità rispetto all'origine del cibo. Vuole attirare l'attenzione sul fatto che il tempo speso per mangiare è un tempo che ci permette di ritemperarci, e un momento di piacere.

### **Riunire gli attori del gusto, creare scambi**

La Settimana del Gusto permette di riunire tutti coloro che amano mangiare, favorisce gli scambi tra i mestieri della tavola e suscita il desiderio di creare legami con tutta la comunità del cibo.

### **Organizzare eventi**

La Settimana del Gusto intende incentivare l'organizzazione di eventi che mettano al centro dei nostri piatti – e nei nostri bicchieri – il piacere del gusto. Valorizza la convivialità mettendo in primo piano prodotti autentici.



## per gli esseri umani, gli animali e il pianeta

La Settimana svizzera del Gusto e il suo "Network delle Città del Gusto" hanno l'obiettivo di operare per lo sviluppo di sistemi alimentari sostenibili, inclusivi, resilienti, sicuri e diversificati.

Questi sistemi alimentari devono fornire alimenti sani e accessibili a tutti, nel rispetto dei diritti fondamentali di uomini e animali. Devono ridurre al minimo gli sprechi alimentari, preservare la biodiversità e la qualità del suolo e dell'acqua, contribuire in modo determinante alla riduzione delle emissioni di gas serra e adattarsi ai cambiamenti climatici. Dovrebbero inoltre riconoscere l'importante ruolo svolto dall'artigianato tradizionale e innovativo, dai campi alla tavola.

→ Questi obiettivi corrispondono al Milan Urban Food Policy Pact (ottobre 2015)



## Obiettivi della Settimana del Gusto

**Con i suoi eventi disseminati su tutto il territorio e la sua Rivista, la Settimana del Gusto è una festa nazionale che contribuisce ampiamente a :**

- valorizzare la diversità dei gusti e delle culture alimentari del nostro paese ;
- preservare la tradizione e promuovere l'innovazione culinaria ;
- mettere in luce le competenze artigianali ;
- incentivare le produzioni locali e sostenibili ;
- sensibilizzare i giovani al gusto, al rispetto verso il cibo, al piacere di cucinare e di mangiare bene ;
- rendere i consumatori consapevoli della stagionalità dei prodotti e dell'importanza della sovranità alimentare ;

→ promuovere la salute attraverso un'alimentazione varia ed equilibrata.

### **Ogni organizzatore si impegna a :**

- proporre un evento che valorizzi il gusto, la cucina e il piacere di mangiare ;
- lavorare con prodotti autentici in cui l'essere umano e il territorio hanno ancora tutta la loro importanza ;
- dare un significato pedagogico al proprio evento conformemente a uno o più degli obiettivi di questa carta ;
- promuovere gli scambi e la convivialità.

## Padrini & Madrine

2024	Gian-Battista & Johann-Baptista von Tschärner
2023	Pierrot Ayer
2022	Tanja Grandits
2021	Philippe Chevrier
2020	Franck Giovannini
2019	Les Artisanes du Vin suisse
2018	Dominik Flammer
2017	Claude Frôté
2016	Theres & Markus Dettwiler
2015	Paolo Basso
2014	Carlo Crisci
2013	Vreni Giger
2012	Gérard Rabaey
2011	Martin Dalsass
2010	† Philippe Rochat
2009	Marie-Thérèse Chappaz
2008	André Jaeger
2007	Georges Wenger
2006	Irma Dutsch
2005	Frédy Girardet

## Città del Gusto

2024	Valposchiavo	2009	Delémont
2023	Friburgo	2008	St-Gall
2022	Basilea	2007	Grandson
2021	Ginevra	2005	Bulle
2020	Heidiland	2004	Rapperswil/Jona
2019	Montreux		
2018	Lugano	2003	Sion
2017	Neuchâtel	2002	Morges
2016	Liestal		
2015	Locarno		
2014	Moutier		
2013	ViaStoria		
2012	Losanna		
2011	Bellinzona		
2010	Onex e Lucerna		



SEMAINE DU GOÛT  
GENUSSWOCHE  
SETTIMANA DEL GUSTO

**AIGUILLE VERTE**  
4'122 metri

**MONT-BLANC**  
4'809 metri

**DENTS-DU-MIDI**  
3'258 metri

**RISTORANTE KUKLOS**  
2'048 metri

**BENVENUTI AL KUKLOS**  
**L'UNICO RISTORANTE GIREVOLE**  
**DELLA SVIZZERA ROMANDA.**

Situato in cima alla Berneuse, a 2'048 metri di altitudine, il ristorante girevole KUKLOS vi invita a gustare la sua deliziosa cucina godendo di un panorama a 360 gradi unico in Svizzera, dall'Eiger al Lago di Ginevra.

**KUKLOS**  
RISTORANTE GIREVOLE

Ulteriori informazioni:  
+41 24 494 31 41 • info@tml.ch • www.tml.ch



## Comitati qualità

Loitche-Potches	Affolter Eric	Consultant agro-alimentaire	Fleury Louis	Vigneron	Paccor Raymond et Laura
Chef	Albrici Lorenzo	Musicien	Forel Olivier	Pâtissier	Paganel David
Affineurs de jambon	Alcala Tomas & Eleuterio	Epicurienne	Franel Aline	Docente professionale del settore pasticceria	Pasotti Marco
Chef cuisinier	Ayer Pierre-André	Chef cuisinier	Frôté Claude	Scuole dell'infanzia	Pasquato Maria
Au gré des saveurs	Bachmann Christophe	Lausanne à Table	Gasser Marine	Chocolatiers	Pasquet Virginie et David
Slow Food	Baeriswil Bertrand	Chef cuisinier	Germanier Damien	Ufficio della refezione e dei trasporti scolastici	Pedrioli Elena
Terroir Fribourg	Bapst Pierre-Alain	Vigneron	Gex Philippe	GastroTicino	Pesce Alessandro
Ville de Fribourg	Barisnikov Alexander	Restaurateur	Geyer Jean-Luc	pfaffCONSULTING	Pfaff Rolf-Peter
Sommelier	Basso Paolo	Daiana Action Culturelle	Gingins Margarita	Kulturvermittler / Publizist	Pfister Thomas
Genève Terroir	Beausoleil Denis	Chef cuisinier	Giovannini Franck	Enoparfumeur	Pfister Richard
Hoteldirektor	Berger Manuel	Journaliste	Goumaz Annick	EOC	Piazzoli Brigitte
Chef	Bertolina Giordano	Vigneronne	Graf Noémie	Consulente SMPPC	Piffaretti Giuseppe
Chef cuisinier	Bessire Jean-Marc	GastroStGallen	Gsell Max	Chef cuisinier	Pittet Jean-Luc
Agridea	Bezençon Nicolas	Genève Terroir	Guarino Estelle	Centro Competenze Agroalimentari Ticino	Quadri Sibilla
Culinarium Alpinum	Bill Marie-Isabelle	Pêcheur	Guidoux Serge	Chef cuisinier	Rabaey Gérard
Marketingberaterin	Birrer Mirjam	Journalist	Haudenschild Rudolf	Chef	Ranza Dario
Wasserschloss Wyher	Bischof Jürg	O SOLE BIO / BioZug	Hegglin-Zürcher Yvonne	Chef cuisinier	Ravet Guy
La cucina naturale	Bissegger Meret	Fourchette verte	Hercher Sabine	Uniterre	Renfer Vanessa
Restaurateur	Blanc Daniel	Gastronomie Moléculaire	Heyraud Marc	Swiss Food Academy	Retamales Maria Ignacia
RegionAlps SA	Blasco Lucie	Slow Food	Holzappel Max	Chef cuisinier	Reynaud-Bestenheider Franck
Sonja Bloch Medien	Bloch Sonia	Stadt Zürich Umwelt- und Gesundheitsschutz	Holzmann Martina	Gastronome	Riesen Robert
Epicurienne	Böhi Léna	Gastgeber	Hüsser Bernhard	Chef cuisinier	Rod Christophe & Nadine
StadtKonzeptBasel	Böhm Mathias F.	Vigneronne	Hutin Emilienne	Agrumiculteur	Rodin Niels
Fondation Rurale Interjurassienne	Boillat Olivier	Journalist	Imhof Paul	Épicier	Rosset Maeva
Gastronome	Boisseaux Stéphane	Slow Food	Imhof Jean-Marc	Vins du Vully	Rouillier Joanna
Trägerverein CULINARIUM	Bolliger Urs	Chefkoch	Jaeger André	Ernährungsforum Zürich	Roux Michel
Journalist	Böniger Herz Daniel	Berater für nachhaltige Ernährungswirtschaft, Fachjournalist	Jossi Peter	Epicurienne	Rueggesser Elisabeth
Interprofession des Fruits et Légumes du Valais	Borgeat Olivier	Slow Food	Jurot Manuel	Restaurateur	Ruffieux Hervé
Enseignant	Boser Matthieu	Madame Tricot	Kähler Schweizer Dominique	Léгурiviera Groupe	Rumo Laurent
Formateur Ecole Professionnelle de Montreux	Boverat Jean-Louis	Kantons- und Stadtentwicklung Basel-Stadt	Kaiser Stefanie	Fromager	Ryser Dominique
Chef cuisinier	Bovier Edgard	Chef cuisinier	Kalandranis Giannis	Alpinavera	Said Bucher Jasmine
Bio Suisse	Brändli Urs	Amt für Umwelt und Energie	Keller Dominik	Historien de la gastronomie	Schlup Michel
Journaliste	Bratschi Isabelle	Agridea	Kilcher Lukas	Ueli Hof Bio-Metzgerei	Schmitz Martin
Biohof Uniterre	Buchwalder Florian	Chef cuisinier	Kondratowicz Frederik	Via Storia	Schneider Hanspeter
Neuchâtel Vins & Terroir	Bühler Mireille	Baselland Tourismus	Kumli Michael	Gastgeber	Schneider Markus
Fourchette Verte	Bur Michelle	Ostschweiz Tourismus / St.Gallen-Bodensee Tourismus	Kunz Andreas	Epicurien	Schneider Yvan
Slow Food	Bürki Thomas	Maison Mauler	Künzi Yann	Verein Kultur & Gastronomie	Schön Neda
Journaliste	Buss Pierre-Emmanuel	Chef cuisinier	Labrosse Serge	EHL Campus Passugg	Schweizhauser Beatrice
Gault&Millau	Calame Siméon	Épicurienne	Lafarge Patricia	Scuola superiore alberghiera e del turismo	Semmler Karin
Le Guide Roze	Carassou-Maillan Mickaël	Productrice cinématographique	Lanaz Lucienne	Journaliste	Simon Jean-Charles
JuraEvent Sàrl	Cerf Cédric	Fourchette verte	Lehmann Tania	Chef cuisinier	Soldati Jean-Marc
Union suisse des paysannes et des femmes rurales	Challandes Anne	Storica della gastronomia	Lenzi Repetto Marta	Stadt Liestal	Spinnler Daniel
Vigneronne	Chappaz Marie-Thérèse	Graubünden Viva	Liesch Leonie	Chef cuisinier	Stangl Michel
Presidente Comitato Qualità Ticino	Charbon Isabella	Chäs Chäller-Genuss Erleben	Lobsiger Roly	Epicurien	Staub Nicolas
Chef cuisinier	Chevrier Philippe	Slow Food	Lohri Esther	Sapori Ticino	Stauffacher Dany
Restaurateur	Clément Vincent	Expert en développement durable	Longet René	Stiefels Hopfenkranz	Stiefel Moritz
Journaliste	Collet Cécile	Polo Poschiavo	Luminati Cassiano	Slow Food	Stieger Roger
Ticinowine	Conconi Andrea	chillfood	Lutz Jeanne	Greentopf Projects	Stöckli Franziska
Ville de Fribourg	Cornaz Bays Carine	Journaliste	Magnin Manuella	Gastgeber	Stump Roland
Fondation pour la Promotion du Goût	Cramer Robert	Chef cuisinier	Martin Benoit	GastroTicino	Suter Massimo
Vigneron	Crettol Camille	Restaurateurs	Martins Antonina et Fernando	Chef cuisinier	Suter Pierrick
Chef cuisinier	Crisi Carlo	Journaliste	Massy France	Chef cuisinier	Taffonneau Stéphane
Vigneron	Cruchon Raoul	Centre alimentation et mouvement	Matti Thibault	Associazione svizzera dei sommeliers professionisti	Tenca Piero
Gastgeber	Dalsass Martin	Fourchette verte	Meier Wahl Beatrice	Das Beste der Region	Thalmann Hans-Jörg
Fédération suisse du tourisme	de Buman Dominique	Marché à la ferme	Meldem Martine	Journaliste	Thomas Pierre
Journalist	De Schepper Werner	Vigneronne	Mercier Madeleine	Alt-Landrat, Vertretung Laufental	Thüring Georges
Région Murtensee Lac de Morat	Defalque Deborah	Chef	Merlo Luca	Diététicienne ASDD	Tièche Maryline
Kochbuchautor und Foodblogger	Del Principe Claudio	Cheffe cuisinière	Metthez Manon	Rapperswil Zürichsee Tourismus	Treichler Tobias
Sion Fête du Goût	Delalay Thierry	Gastrovaud	Meystre Gilles	Journaliste	Truffer Alexandre
Chef cuisinier	Desbraux Jérémy	Journaliste	Moginier David	Experte en vins	Turin Brigitte
Chef cuisinier	Destaing Samuel	Union fribourgeoise du tourisme	Morard Pierre-Alain	AgriPromo	Utiger Ulrich
Markthalle Basel	Dill Alexandra	Agenda 21 - Ville de Genève	Morel Gaétan	Sommelier	Valpiani Marco
regio-garantie	Dörig-Eschler Gabi	Ticinowine	Moresi Gianni	Loitche-Potches	Vandoni Riccardo
Épicurien	Droz Louis	Chef cuisinier	Morgenthaler Laurent	Valais/Wallis Promotion	Viaceoz Tania
Enologue	Dufaux Daniel	Chef	Muggiano Andrea	Club Prosper Montagné	Villa Franco
Vigneronne	Dugerdil Sophie	Maschinenring Graubünden	Müller Claudio	Gastgeber	Von Felten Albi
Vigneronne	Dugerdil Céline	Gsünder Basel	Näf-Seiler Stefanie	Food Zurich	von Salis Violanta
Chefköchin	Dütsch Irma	Giornalista	Newlin Giacomo	Vignerons	von Tscharner G-B & J-B
Affineur de fromages	Duttweiler Jacques	Genusswoche Basel	Nussbaumer Daniel	Expert cépages	Vouillamoz José
Wirtverband Basel-Stadt	Ebnetter Maurus	Köchin	Nyffeler Birkenmeier Regula	Baselbieter Genusswochen	Walter Ramona
Graubünden Ferien	Ecoffey Theresa	Genève Tourisme	Oberson Nicolas	Vigneron	Wannaz Gilles
Chef cuisinier	el Nagar Walter	Food expert	Olivier Timothée	Vigneronne	Weber Mélanie
Conseiller d'État	Favre Laurent	Scuola superiore alberghiera e del turismo	Orrù Tiziano	GastroSuisse	Wettstein Iris
Restauratrice	Favre Jennifer	Kanton- und Stadtentwicklung Basel-Stadt	Ott Lukas	Leher / Politiker	Widmer Manuel C.
Mondial du Chasselas	Favre Nathalie			Liestal Tourismus	Wunderlin Dominik
Chambre Valaisanne d'Agriculture	Felley Pierre-Yves			Loitche-Potches	Zahno Bertrand
Gastronome	Fleury Mathieu			Service cantonal du développement durable	Zinder Remy

# C-DERMA

By Céline <sup>®</sup>

**SWISS MADE BEAUTY BRAND**

**A TROUVER SUR | ZU FINDEN UNTER | ALL'INDIRIZZO**

**WWW.SWISSCANNAMED.SHOP**



**EGALEMENT CHEZ | AUCH BEI | ANCHE A**

**MANOR, JELMOLI, LOEB, WWW.HAAR-SHOP.CH, WWW.IMPO.CH, AMAVITA,  
SUN STORE, etc.**

CGN<sup>†</sup>

# RÉSERVEZ UNE TABLE AU MILIEU *du lac*

RÉSERVATIONS SUR CGN.CH



## 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](http://www.landi.ch)

## Le livre sur *les quais*, 30 août - 1<sup>er</sup> sept. 24 → Morges.



[www.livresurlesquais.ch](http://www.livresurlesquais.ch)

\*Offre valable jusqu'au 31 décembre 2024 en Suisse.



## OFFRE SPÉCIALE

# 1 an – 6 numéros CHF 65.-

AU LIEU DE 89.-  
Frais de livraison offerts\*



JE M'ABONNE SUR INTERNET  
[offre-plaisirs-mag.ch](http://offre-plaisirs-mag.ch)

### Abonnez-vous au premier magazine romand dédié à la gastronomie, au voyage et à l'art de vivre.

 **Ne ratez** aucun numéro

 Livraison **gratuite** à votre domicile

 Prix garanti **durant 1 année**

 **Service client** à votre disposition

## TERROIR JURAREGION

Retrouvez en tout temps des paniers du terroir dans ces bonnes adresses :



### Faites vivre votre région !

# Escursioni

Tantissime idee per  
tutta la famiglia

Ordinate  
subito la cartina  
delle escursioni!  
[post.ch/  
escursionismo](https://post.ch/escursionismo)

Partner principale di



Sentieri  
Svizzeri





Parliamo italiano,  
wir sprechen deutsch  
and english too !

COMPTABILITÉ | FISCALITÉ | AUDIT | JURIDIQUE | M&A | FINANCEMENT  
RESSOURCES HUMAINES | ASSURANCES | INFORMATIQUE | MARKETING

FRIBOURG | GENÈVE | JURA | NEUCHÂTEL | SCHWYTZ | VALAIS | VAUD

+41 21 989 82 70

info@fidexpert.ch

www.fidexpert.ch



Contactez-nous pour une offre sans engagement.

30.10 -  
03.11.2024  
ESPACE GRUYÈRE  
BULLE

GOUTS-ET-TERROIRS.CH  
goutsetterroirs  



Journées Romandes  
des Magasins Bio

Le Bio  
en fête !

vendredi 8 et samedi 9  
novembre 2024

- 10 %  
pour les  
membres

- 5 %  
pour  
tous

Protégeons la nature en ayant  
le plaisir de manger bio

bioconsommacteurs.ch



Ganz schön abgefahren:

Haute Cuisine,  
aber Hochalpin

Kulinarische Genussreisen

Jetzt abfahren:  
rhb.ch/erleben



Partner ORO



Partner Argento



Partner Bronzo



Partner Media



Cantoni e Città



Impressum

**Redazione**  
Réane Ahmad, Isabelle Bratschi, Alexandre Caldara, Daniel Herz, Paul Imhof, Manuela Lavanchy, Manuela Magnin, France Massy, David Moginier, Patrick Schellenberg

**Illustrazioni** Dora Formica  
**Grafica** Anouk Andenmatten

**Traduzioni**  
Daniela Liechti, Vanessa Chanson  
Maallem, Patrick Vallon

**Responsabile editoriale**  
Josef Zisyadis  
**Caporedattrice**  
Manuela Magnin  
**Segreteria**  
Giulia Onori  
Barbara Schneider

**Editore**  
Fondation pour la Promotion du Goût  
Avenue Dapples 21 / CP 99  
1001 Lausanne  
+41 (0)21 601 58 03  
www.gout.ch  
secretariat@gout.ch  
presse@gout.ch

**Tiratura**  
120'000 ex.

**Stampa**  
PCL Presses Centrales SA  
Chemin du Chêne 14  
1020 Renens

# Ristorante FFS – Prelibatezze svizzere da asporto.

[ffs.ch/ristorante](https://ffs.ch/ristorante)



# IL MARCHIO DI QUALITÀ DELLE SPECIALITÀ SVIZZERE.