

# LA SEMAINE DU GOÛT



www.gout.ch

avec le parrainage



Slow Food®CH

## PARRAIN

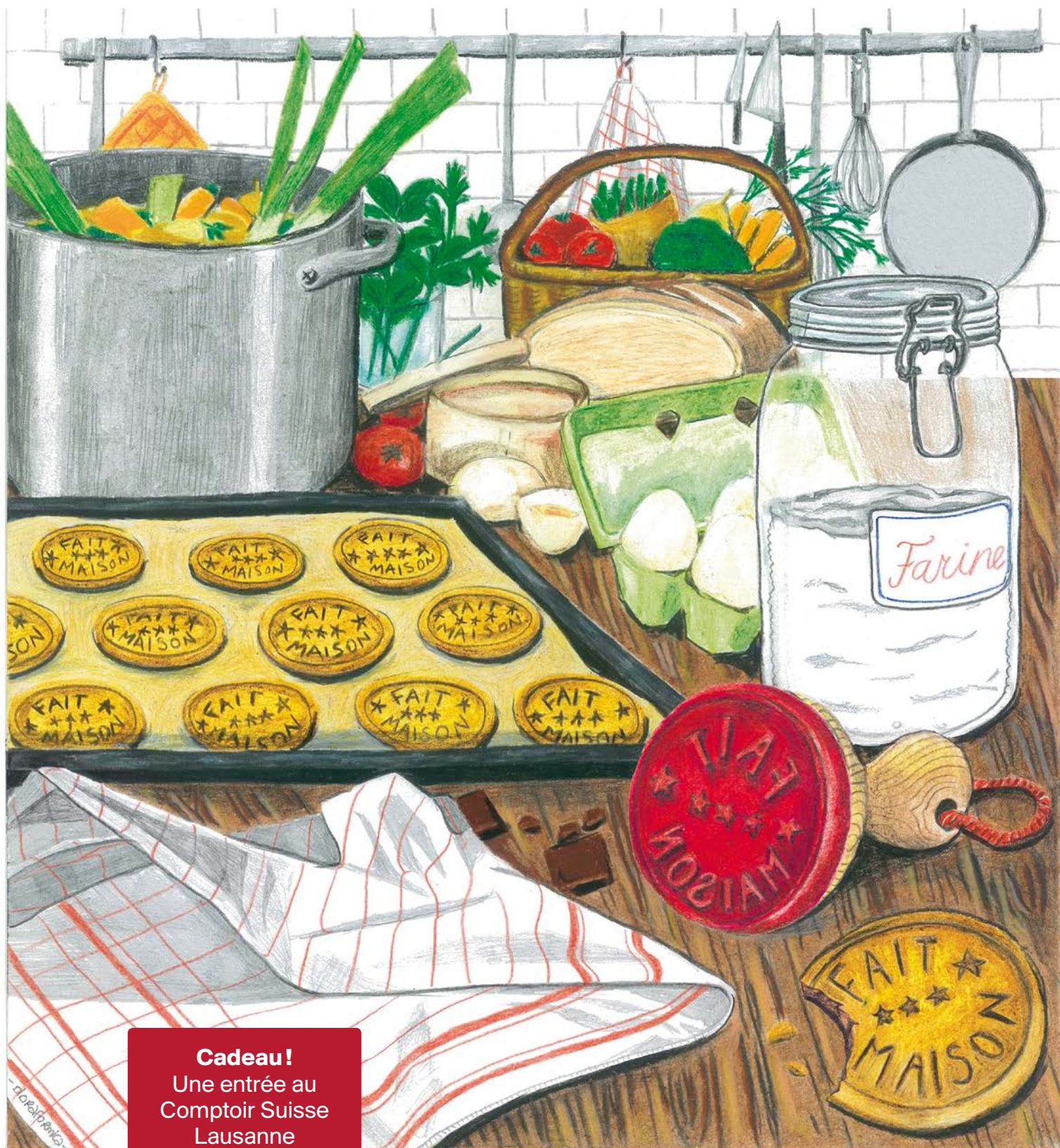
À Cossonnay, Carlo Crisci, un chef étoilé, cuisine en s'amusant.

## MOUTIER

Une Ville du Goût festive qui marie la convivialité et la culture.

## AOP-IGP

Trois portraits de producteurs à travers trois produits vedettes.



**Cadeau!**  
Une entrée au  
Comptoir Suisse  
Lausanne

Blancpain et la Semaine du Goût:  
la passion, l'authenticité et l'émotion

Women Collection

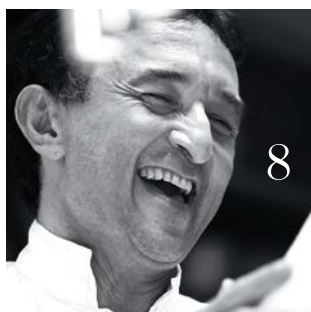


**IB**  
1735  
**BLANCPAIN**  
MANUFACTURE DE HAUTE HORLOGERIE

BLANCPAIN BOUTIQUES  
RUE DU RHÔNE 40 · 1204 GENEVA · TEL. +41 (0)22 312 59 39  
BAHNHOFSTRASSE 28 · PARADEPLATZ · 8001 ZURICH · TEL. +41 (0)44 220 11 80  
[www.blancpain.com](http://www.blancpain.com)

# sommaire

La Semaine du Goût 2014



<b>PRÉAMBULE</b>	3
<b>MOUTIER</b> Ville du Goût 2014	5
<b>SLOWFOOD</b> la même faim de changement	16
<b>POSTER</b> un herbier savoureux	59
<b>LA CHARTE</b> de la Semaine du Goût	91
<b>COMITÉS QUALITÉ</b>	93

## Portraits

<b>CARLO CRISCI</b> parrain de la Semaine du Goût 2014	8
<b>PEOPLE</b> leurs plats préférés	12
<b>REYNALD PARMELIN</b> le vigneron qui voit le Bio en Bleu	53

## Interview

<b>RICHARD PFISTER</b> ingénieur en œnologie et parfumeur	48
<b>NICOLAS BIDEAU</b> directeur de Présence Suisse	63
<b>SOPHIE BUCHER DELLA TORRE</b> élégie pour « Château la pompe »	70

## Recette

<b>LA FÉRA</b> comment préparer ce salmonidé typiquement suisse	36
---	----

## Régions

<b>LE VALAIS</b> pays de Cocagne	32
<b>TESSIN</b> des saveurs à découvrir	54
<b>APPENZELL</b> un canton à croquer	80

## Produits

<b>BEX</b> le Sel des Alpes	26
<b>AOP-IGP</b> des produits et des hommes	41
<b>CHOCOLAT</b> plaisir des sens	86

## Enquêtes et reportages

<b>L'ECOLE HÔTELIÈRE DE LAUSANNE</b> un indicateur pour « manger durable »	21
<b>BLANCPAIN</b> de l'horlogerie à la gastronomie	30
<b>SWISSWINE PROMOTION</b> grandes tables et vieux millésimes	50
<b>JARDINS ALPINS</b> la force des Alpes pour le corps et l'esprit	67
<b>« FAIT MAISON »</b> un nouveau label pointe son nez	74
<b>NUTRITION</b> la DDC s'engage pour l'accès à une alimentation saine pour tous	77
<b>COMPTOIR SUISSE</b> le rendez-vous des fins becs	84

# couverture

Illustrations, Dora Formica



# Are **you** pesticide-free?

De plus en plus d'études scientifiques dévoilent une multitude d'effets nocifs des pesticides. L'heure est grave.

Les pesticides ne sont pas indispensables.

Pour vous, pour vos enfants,  
pour nos agriculteurs et pour notre pays.

[www.panswiss.org](http://www.panswiss.org)



# Le goût des autres



O bésité au nord, faim au sud, malnutrition partout. Et si notre problème était la solitude alimentaire, qui nous a fait perdre l'amour de la nourriture ?

Sans aucun doute l'industrie agro-alimentaire a ses programmes planifiés sur les aliments que la planète consommera dans les années futures. Il n'y a pas de doute aussi que la destruction des modes de vie, la mobilité et les horaires de travail ont mis au rencart la question de la nourriture quotidienne, dernier poste du budget des familles...

Le plus grave de tout cela, c'est que nous avons perdu le goût des autres. Le goût de la communauté, paysans ou éleveurs qui nous nourrissent toute l'année. Le goût du manger ensemble autour d'une belle table et de regards partagés. Le goût de la cuisine, comme alternative quotidienne au prémâché standardisé. Et aussi le goût de la transmission de valeurs à nos enfants.

Mais il n'y a pas de fatalité à cela! Et surtout, cela ne sert à rien de se lamenter contre des acteurs financiers, qui font leur beurre certes, mais dont nous sommes pour l'instant les meilleurs alliés de la destruction de la biodiversité culinaire. Malgré nous.

Au fond, nous avons un pouvoir sur cette situation. Alors, prenons-nous en main Devenons maîtres de notre nourriture !

La Semaine du Goût, c'est d'abord cela. Prendre le temps de se poser de bonnes questions et prendre des résolutions pour soi-même, sa famille, ses amis, tout en voyageant au rythme des découvertes dans le pays et ses régions.

Merci à Slow Food notre parrain associatif, merci à Carlo Crisci, notre Parrain cuisinier-chef inventif et facétieux, merci à Moutier, Ville suisse du Goût 2014 populaire et participative. Merci à tous nos partenaires qui permettent que la Semaine suisse du Goût deviennent une plateforme joyeuse d'amitiés culinaires.

Catherine David  
Coordinatrice  
de la Semaine suisse du Goût

Josef Zisyadis  
Président  
de la Semaine suisse du Goût



# Moutier

..... + .....

Ville du Goût 2014

*On l'a souvent réduite  
à son caractère industriel ou à son horlogerie,  
voire aux turbulences politiques.  
Moutier serait pourtant semblable au village  
d'Astérix – à en croire son maire Maxime Zuber :  
« un village où tout finit toujours  
par un énorme festin » ...*

**I l sera donc question de taureaux rôtis entiers et d'une Saint-Martin géante, de concours de soupes et de confréries gourmandes, de vendanges festives et de cuisines du monde, de plantations urbaines, de balades gourmandes et d'ateliers ouverts à tous. Mêlant culture et convivialité, la fête sera « participative et populaire » ; elle déclinera une quarantaine d'événements avant, pendant et après la Semaine du Goût.**

Au commencement, le carnaval, qui a vu défiler en mars déjà des enfants déguisés en forêts-noires, gâteaux dodus et autres bonbons chocolatés... Au commencement de toutes les réjouissances, car la genèse de Moutier Ville du Goût est à chercher du côté du Service de la jeunesse et des actions communautaires.

L'idée est d'associer les jeunes générations à la fête, en les invitant à s'impliquer concrètement dans toute une série d'événements et d'animations ludiques et pédagogiques. Plus généralement, la fête se veut proche de la population et sera « participative et populaire ».

Les organisateurs étaient partis animés d'ambitions élevées. Leur fête serait gastronomique, haut de gamme, voire étoilée. Elle servirait des mets raffinés à un public attentif et éclairé. On y sacrifierait religieusement à de savants rituels...

On s'est alors souvenus que Moutier ne comptait aucune table étoilée. Que ses produits traditionnels se comptaient sur les doigts d'une main. Que ses recettes patrimoniales illustres n'étaient recensées nulle part.

Cela étant, les bonnes volontés se bouscuaient et les idées originales étaient légion... Depuis plusieurs années, la confrérie des Loitche-Potches prend une part active à la Semaine du Goût. Les Loitche-Potches ? Autrement dit « ceux qui lèchent volontiers la louche ».

Une bande d'une vingtaine de potes qui trouve son origine voici une quarantaine d'années lors d'un cours de cuisine donné à la PC : « On s'est aperçu que beaucoup étaient incapables de se cuire un œuf, raconte son président Bertrand Zahno et depuis, à la demande de plusieurs participants, les cours se sont prolongés par des rencontres informelles. La Confrérie a même acheté et rénové une ancienne école où elle se réunit chaque mois autour de thèmes divers.

Elle a lancé un concours de soupes à l'occasion de la Semaine du Goût et imaginé pour cette édition une soirée soupes du monde, avec la participation des communautés étrangères. Les Loitche-Potches concocteront aussi, couronnement pantagruélique des festivités, une Saint-Martin géante pour 300 personnes.

« Moutier compte de nombreux groupes de passionnés et d'amateurs éclairés, à l'instar des Loitche-Potches », relève Silvère Ackermann, coordinateur du projet prévôtois. Nous cherchons tous des produits de qualité, parfois difficiles à dénicher et nous avons envie de créer des événements véritablement populaires, allant dans le sens de la promotion

du goût par le visible ». D'où l'idée de plantations urbaines : des légumes, des fruits et des herbes aromatiques, des salades et des variétés anciennes de céréales seront installées en une dizaine de lieux : ronds-points, piscine, EMS, en collaboration avec des agriculteurs et les jardiniers de la ville. Un parcours gourmand, mis sur pied dès le mois de juin, y guidera les promeneurs, leur proposant des panneaux explicatifs. La même balade emmènera jusqu'au Musée jurassien, siège d'une exposition sur le thème des goûts et dégoûts, en art et en alimentation. Des artistes invités, de la région ou d'ailleurs en Suisse, s'exprimeront dans divers registres : représentation ou utilisation de denrées alimentaires, interventions éphémères ou créations durables, mais aussi en dialoguant avec des œuvres plus anciennes, notamment des natures mortes. Deux performances sont aussi prévues en lien avec l'exposition : le duo lucernois Paul Lipp et Reto Leuthold fera une intervention de « Fast Kunst », autrement dit d'œuvres créées très rapidement, en référence au fast food et vendues de même, à des prix très modiques. Alors que l'artiste jurassien Claude Gigon invitera le public à jouer (et goûter) avec un jeu d'échecs géant en chocolat.

Concret aussi, le projet consistant à relancer un marché à Moutier, prétexte à promouvoir de petits producteurs de pain, fromages, charcuteries, légumes, sur un fond d'animations musicales...

Tout comme l'idée de faire brasser une bière prévôtoise vraiment artisanale par les habitants eux-mêmes.

*Représentation ou utilisation  
de denrées alimentaires,  
interventions éphémères ou  
créations durables ...*



Au fond, les événements attendus pour Moutier Ville du Goût sont de trois natures, résume Silvère Ackermann: en premier lieu, ceux qui existaient déjà mais ont été labellisés Ville du Goût pour l'occasion, amplifiés et mis en conformité, si nécessaire, avec la charte de la manifestation. Ainsi, le festival Espacestand, cinquième du nom, destiné au jeune public, s'élargira à diverses animations, parmi lesquelles une course d'école géante avec un pique-nique offert à huit cents participants ou un concert à l'aide d'instruments sculptés dans des légumes. Mais encore? La foire aux cramias, la traditionnelle « Fête de la vieille ville » ou la foire aux bolets. D'autres événements sont créés pour l'occasion par des tiers, tels les repas du monde proposés par les communautés étrangères et assortis de diverses animations, ou les manifestations artistiques. Les scouts qui organisent des ateliers de sensibilisation au goût et l'université populaire qui propose une semaine de cours de cuisine ouverts à tous, sur inscription, autour de thèmes variés: pâtisserie salée ou sucrée, cuisine indienne, ayurvédique, tartes, lapins en chocolat, cuisine du Liban, gâteaux pour parents et enfants ou encore les cépages pour les nuls... A signaler aussi dans cette catégorie, les deux fumoirs de la région, du XVI<sup>e</sup> siècle, qui accueilleront diverses manifestations alléchantes.

Enfin, la troisième catégorie d'événements, les plus nombreux, a été mise sur pied par le comité d'organisation.

Il devrait y avoir de nombreuses surprises et la fête pourrait surgir, parfois, de lieux où on ne l'attend pas. Par exemple à l'Hôpital du Jura bernois, partenaire de la Semaine du Goût depuis plusieurs années déjà, où l'on découvrira l'engagement d'une brigade en faveur

du bon et du sain, loin de l'image triste qui colle parfois aux établissements de soins...

Inattendu? Les plus cultivés connaissent la Collégiale St-Germain, église abbatiale des XI et XII<sup>e</sup> siècles dédiée au saint protecteur de la ville. Plus rares ceux qui savent que la nef de la collégiale est entourée d'une des plus jeunes vignes – et une des plus septentrionales – de nos régions. Un vignoble en mouchoir de poche qui s'est vu primer par le Concours suisse de la biodiversité en 2012. Aurèle Morf, vigneron autodidacte et passionné, le cultive en biodynamie depuis 2008. Il sera un des acteurs de Moutier Ville du Goût, notamment avec son cabernet Jura. La quatrième Fête des vendanges qui clôturera les événements du goût début octobre sera ainsi prétexte à riapailier en faisant rôti un taureau entier sur la place de la Collégiale, mais aussi à accueillir un cycle de conférences sur l'agriculture et la qualité de notre alimentation, avec plusieurs invités passionnants parmi lesquels Claude et Lydia Bourguignon. On vous le disait: un village gaulois, où tout finit toujours par un énorme festin... •

#### **EXPOSITION AU MUSÉE**

#### **JURASSIEN DES ARTS**

25 mai au 31 août

Goûts ou dégoûts – art et alimentation

#### **Adresses utiles :**

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

[www.facebook.com/villedugout](https://www.facebook.com/villedugout)

[www.musee-moutier.ch](http://www.musee-moutier.ch)

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

[www.fastkunst.twoday.net](http://www.fastkunst.twoday.net)

# Carlo Crisci

texte, Patrick Morier-Genoud / photo, Claude Dussez

illustration, Dora Formica

**En plus de trente ans aux fourneaux du Cerf, à Cossonay, Carlo Crisci, 58 ans, a été plusieurs fois récompensé pour son art culinaire. Notamment par la Clé d'or de la Gastronomie, deux étoiles Michelin et un 18/20 au GaultMillau. Mais ce qui fait avant tout de lui un chef remarquable, c'est le perpétuel émerveillement gastronomique qui le guide et qu'il sait si bien exprimer et partager. Sa grande technique, il l'utilise en virtuose, avec inventivité et parfois facétie, cherchant avant tout à apporter plaisir et émotion à celles et ceux qui ont le bonheur de déguster sa cuisine.**

**L**es tranches de filet de pigeon, d'un rouge délicat, sont posées sur les pâtes au chocolat, comme dans un nid ; le céleri-branché, taillé en brunoise, donne l'impression que de fins rayons de soleil percent le branchage ; truffe et impéatoire apportent un subtil fumet de sous-bois. En bouche, la tendresse de la viande est soulignée par le croquant du céleri, par le croustillant du gruë (fève de cacao juste torréfiée, ndlr), par la texture légèrement résistante des pâtes. On ferme

*Le parrain de la Semaine du Goût 2014 fait une cuisine d'exception, basée sur l'émotion.*

les yeux, des branches craquent sous nos pas, il y a le chant des oiseaux, l'odeur de l'humus. Les tanins du chocolat servent d'assise aux arômes : ceux, à la fois doux et sauvages, de la viande si parfaitement cuite qu'on l'imagine avoir été à peine caressée par la chaleur ; le céleri vivifie le plat, la truffe lui donne de la profondeur, l'impéatoire de la force, le gruë le réchauffe. Nous ne sommes plus assis à une table du Cerf, à Cossonay, nous volons au-dessus des forêts qui recouvraient ce pays avant que l'homme n'y habite.

## **En constante création**

Carlo Crisci est un chef étoilé, un des dix meilleurs de Suisse, mais c'est avant tout un magicien, ce qui le rend unique. Les yeux brillants, l'esprit vif, il est toujours en mouvement, à la recherche de ce qui va l'enchanter et qui enchantera ses convives. Il y a

sa cuisine, bien sûr, cette liberté hors du commun dans les associations de goûts et de textures. Mais pas seulement. Vaisselle, décoration, lumière, service en salle, tout est important à ses yeux. Comme s'il était à la recherche d'un équilibre devant être redéfini chaque jour. Carlo Crisci inscrit tout ce qu'il fait dans la réalité des choses : « Je ne conçois pas vraiment mes recettes de manière cérébrale, plutôt avec la matière, empiriquement, explique-t-il. A mon avis, les cuisiniers doivent cuisiner, pas faire des théories. Ici, au Cerf, nous sommes toujours en évolution. Nous avons toujours un projet à mener, un rêve à réaliser. Je suis heureux de la notoriété qu'à acquise notre restaurant, flatté de la reconnaissance des clients et de mes pairs, mais mon Graal, ce qui me guide, ce qui m'anime, c'est l'émotion, celle que j'essaie de provoquer. Elle va de pair avec le plaisir que j'ai à faire la cuisine en m'amusant, un plaisir que j'aime partager. »

Si Carlo Crisci affirme cuisiner en s'amusant, ne pas chercher la perfection pour la perfection (« c'est parfois les petits défauts qui font les grands plats »), il n'en est pas moins exigeant. Sur les cuissons, par exemple, qui sont une de ses spécialités. Il cuit sous azote, sous vide, à la plancha, à la broche, et de bien d'autres manières encore, privilégiant les cuissons lentes qui préservent les fibres et laissent intacte la saveur du produit.

## **Herbes sauvages et huile d'olive**

Mis à part les cuissons, il y a d'autres spécificités dans la cuisine de Carlo Crisci. Les herbes sauvages d'ici, par exemple : impéatoire, berce, benoîte

Les aimants qui correspondent à chaque table.



Le coquelicot, sa plante fétiche!

Ses seringues: accessoires indispensables pour ajouter sa touche finale aux plats



sa théière de camomille pour "se calmer pendant les coups de feu."

table... 4 8 702632

- 8x carottes
- 8x haricots
- 8x sushis
- 8x Ranoles
- 8x moelles
- 8x Langoustines
- 8x canard

La liste des plats d'une table, biffés au fur et à mesure.



urbaine, lierre terrestre, égopode, tussilage, pourpier... Le chef a commencé à les utiliser il y a une quinzaine d'année, initié par l'ethnobotaniste François Couplan, avec lequel il vient d'éditer un livre. «Ce fut comme de trouver de nouvelles couleurs pour un peintre. C'est le plus beau terroir qu'on ait à disposition, et en même temps c'est très exotique, parce que certains de ces goûts ont été oubliés. Je n'en fais pas une obsession, mais il y en a presque toujours des herbes dans mes plats, certaines ont même remplacé d'autres ingrédients, par exemple la benoîte urbaine à la place du clou de girofle.»

Et puis il y a l'huile d'olive, que le chef utilise abondamment («j'en mets même dans certains desserts»), dont il vante les mérites avec enthousiasme («c'est une caresse intérieure»). Pas n'importe quelle huile d'olive, la sienne, celle que cultivaient déjà ses ancêtres, à Roscigno, ce petit village au sud de Naples d'où est parti Angelo, le papa de Carlo, au début des années cinquante, pour venir travailler en Suisse.

*Et puis  
il y a l'huile d'olive,  
que le chef utilise  
abondamment !*



«Je suis très heureux d'être le parrain de la Semaine du Goût cette année, moi le fils d'immigré, se réjouit le chef. J'espère que cette belle mise en valeur des métiers de bouche sera aussi l'occasion de parler des conditions de travail et de formation dans la restauration, qui doivent absolument être améliorées si l'on veut assurer la relève. Actuellement, sans les étrangers, largement majoritaires dans l'hôtellerie, la Suisse ne pourrait pas offrir une aussi grande qualité de services aux touristes qui viennent la visiter.»

Dans la cuisine du Cerf, Carlo Crisci prépare une entrée à base de féra. Le poisson est accompagné de chou et de lentilles, et c'est comme une évidence, comme si rien d'autre ne pouvait mieux le mettre en valeur. Un peu de citron donne au plat un sourire malicieux, le même qu'a le chef en observant son hôte déguster la recette. Dites-moi, Carlo Crisci, comment avez-vous fait pour que cette féra soit si moelleuse tout en ayant conservé la fermeté de sa chair? Et lui de répondre, plissant ses yeux rieurs: «Je lui ai fait croire qu'elle ne cuisait pas...»

Un magicien, je vous le disais bien. •

**Pour tout renseignement sur le Cerf, à Cossonay :**  
[www.lecerf-carlocrisci.ch](http://www.lecerf-carlocrisci.ch)

**Les livres de Carlo Crisci :**  
– *Equilibre*, Editions Favre, 2005  
– *Vertiges des saveurs, cueillir et cuisiner les herbes sauvages*, avec François Couplan, Editions du Belvédère, 2013

**A lire...**

– *Carlo Crisci, portrait gourmand\**

Par Patrick Morier-Genoud  
Editions Au Fil du Goût

Sa biographie nous mène sur les lieux de son enfance; nous le montre, jeune homme, suffisamment culotté pour inviter la reine d'Angleterre, ou distrait au point de sortir sans pantalon.

Elle décrit comment, hors des sentiers battus, il a créé une cuisine enchanteresse. Un récit parsemé d'anecdotes, empreint de drôlerie, de gravité parfois. D'émotions, c'est sûr.

*\*titre provisoire*



# Le plat préféré de ...

texte, Sophie Dorsaz / photos, DR

illustration, Dora Formica

QU'ELLES EXCELLENT DANS LE SPORT, LA CULTURE,  
LA POLITIQUE OU LA VINICULTURE,  
CES PERSONNALITÉS SUISSES NOUS LIVRENT LEUR  
RECETTE FAVORITE ET QUELQUES ASTUCES CULINAIRES  
À L'HEURE DE PASSER À TABLE.



## Stanislas Wawrinka

*Tennisman professionnel*

*Numéro 3 mondial.*

*vainqueur cette année de l'Open d'Australie  
et du tournoi de Monte-Carlo.*

**E**n été, je ne peux me passer de grillades. Il m'arrive même d'en faire dans mon jardin durant Wimbledon. A part ça, mon plat préféré est typiquement suisse! Un émincé de veau à la zurichoise accompagné de röstis. Je ne le trouve malheureusement pas souvent à l'étranger, alors quand je suis à la maison, j'en profite pour le savourer. J'apprécie de le manger aussi bien chez moi qu'au restaurant. D'ailleurs, je sais très bien l'apprêter.



Pour continuer dans la tradition suisse, j'avoue que je craque occasionnellement pour des fondues ou des raclettes l'hiver.

# Irene Grünenfelder

*Vigneronne à Eichholz  
Grisons*



**J'**adore me cuisiner une soupe de carottes au gingembre. Et spécialement l'hiver quand il fait froid dehors et qu'on a envie de se réchauffer avec un bon plat fait-maison.

Pour la préparer, il faut faire revenir des petits morceaux d'oignon, des rondelles de carottes et du gingembre haché dans de l'huile d'olive. J'y ajoute ensuite du vin blanc, du bouillon et du lait de coco et laisse cuire le tout pendant environ 20 minutes avant de le mixer. Pour un repas plus complet, je propose de servir la soupe avec une tranche de poisson ou des coquilles Saint-Jacques. En accompagnement, un Sauvignon Blanc ou un Crémant passent très bien.



# Denis Maillefer

*Metteur en scène et co-directeur  
du Théâtre Les Halles  
Sierre, Valais*

**M**on plat favori est le cassoulet parce que sa préparation s'apparente à une longue cérémonie. Je le prépare la veille et le fait cuire pendant des heures. J'ai une recette que j'améliore au fil du temps. Il faut d'abord tremper les haricots et faire rôtir la viande dans de la graisse de canard. Ensuite, je m'occupe des autres ingrédients comme l'ail, la tomate, etc. pour composer un plat en couches.

J'adore prendre le temps de le cuisiner et généralement ça ravit tout le monde. Et l'avantage de ce plat, c'est que quand les invités arrivent, tout est prêt et ça peut bien reposer une heure de plus, pendant l'apéro. D'ailleurs, à table je suggère de l'accompagner avec un vin du sud-ouest de la France comme le cahors.



# Une salade naturelle par nature.

JUNG & MATTI / Lammart



La nature sait ce qui est bon. Notre salade Bio est donc cultivée selon des directives strictes: bien entendu sans additifs chimiques, avec beaucoup de soleil, de terre, d'eau et du grand air. Cette qualité ne passe pas inaperçue.

Une partie de

GÉNÉRATION M

## MIGROS

**M** comme Manger bio.



## Dominique Gisin

*Skieuse d'Engelberg  
championne olympique de descente aux  
Jeux de Sotchi 2014*

Les macaronis des alpes sont mon péché mignon! C'est un plat de pâtes et de pommes de terre gratiné avec des oignons et beaucoup de fromage (suisse évidemment). Une fois sorti du four, il faut le napper d'une sauce aux pommes! C'est le détail qui fait toute la différence. Je sais les cuisiner mais les meilleurs sont de ma maman, tirés d'une recette originale de ma tante.

Ce plat évoque chez moi des moments privilégiés: le retour à la maison après un déplacement, comme une semaine d'entraînement ou un mois passé en Amérique. C'est sa manière de me dire: «Bienvenue à la maison!» Pour me désaltérer, j'aime accompagner les macaronis des alpes d'un «Shorle», c'est une boisson gazeuse avec une touche de jus de pomme.



## Manuele Bertoli

*Ministre de la culture et  
de l'éducation  
Tessin, PS*



J'en ai plusieurs mais dans le top trois se trouvent les lasagnes, les pizzoccheri ou encore la polenta à la mortadelle et fagioli (haricots). J'aime ces plats car ils proposent des goûts simples qui me rappellent mes racines et invitent à un moment convivial derrière la table.

En principe c'est ma femme qui les prépare, ou encore ma mère ou ma belle-mère. Je ne suis personnellement pas très actif en cuisine même si je sais me débrouiller. Elles savent faire de bonnes lasagnes avec des pâtes fraîches travaillées à la main. Les pizzoccheri eux aussi sont délicieux faits main, bouillis avec des choux frisés et des pommes de terres. Pour la polenta, le secret est de la cuire à la cheminée, agrémentée de mortadelle du terroir. Le tout s'accompagne d'un vin rouge tessinois ou piémontais.

# Slow Food

25 ans et toujours la même faim  
de changement

**Depuis désormais un quart de siècle le public entend parler de cette association et s’y intéresse un peu, beaucoup ou passionnément. Rencontre avec son fondateur, Carlo Petrini, et coup de projecteur sur quelques projets.**

texte, Alessandra Roversi

photo, Yoni Nimrod



Carlo Petrini (à droite de l'accordéoniste), lors du «Cantè j'euiv» – une fête traditionnelle du Piémont pour annoncer l'arrivée du printemps – célèbre la convivialité et les produits locaux. Journaliste, sociologue et gastronome né à Bra (Piémont, Italie), il est le fondateur de Slow Food et son président depuis 25 ans.

### **Carlo Petrini, pouvez-vous nous dire deux mots sur le lien entre Slow Food International et la Suisse ?**

Le Tessin est le trait d'union qui unit d'un lien quasi fraternel, la Suisse et l'Italie et Slow Food. Le premier produit Presidio ne provenant pas d'Italie a été le fromage tessinois Zincarlin. En Suisse il y a beaucoup de beaux produits paysans, de producteurs qui maintiennent de fortes traditions tout en tenant compte des idées et des techniques modernes. Dans la gastronomie, les grotti tessinois sont une formidable institution, ils sont présents depuis des années dans le guide Osteria d'Italia. Et il y a toujours eu des personnages importants de Suisse dans l'association au niveau international.

### **Comment voyez-vous le développement de Slow Food dans les prochaines années ?**

Pour développer Slow Food il faut continuer à valoriser le patrimoine local, à faire des projets concrets pour mettre en relation producteurs et consommateurs, mais il faut faire cela en y mettant tout son cœur et toute son âme et en raisonnant à un niveau global. Slow Food puise ses racines dans le local mais se confronte aussi au monde entier. Slow Food est de plus en plus protagoniste, par exemple en créant 10'000 potagers en Afrique ou en s'impliquant pour la sauvegarde de 10'000 produits de l'Arche du Goût au niveau international.

Slow Food n'est pas une association fermée, elle doit être inclusive et en communion d'idées avec beaucoup d'autres associations. Nous développons des rapports amicaux avec les associations locales et internationales (ProSpecieRara, Via Campesina, etc.) afin de renforcer les objectifs.

### **Il faut donc s'ouvrir au monde pour sauvegarder ce qui est local ?**

Absolument. La protection du patrimoine alimentaire est une idée incisive et forte

qui s'est développée avant l'arrivée des mouvements chauvinistes identitaires.

## *« L'identité est fille de l'échange »*

L'identité est fille de l'échange et non de la fermeture. Par exemple en Italie, on dit que les pâtes à la sauce tomate sont notre plat emblématique, pourtant, ni les pâtes, ni les tomates ne sont d'origine italienne. Dans le Piémont on mange la bagna cauda, une sauce chaude dans laquelle on trempe divers légumes de saison, pourtant, ni les anchois, ni l'huile qu'on utilise dans cette préparation ne sont piémontais. L'identité comme élément de fermeture est aussi une erreur d'un point de vue gastronomique. Par exemple je ne peux pas penser à Zurich sans penser au kebab, à moins qu'on ne parle du Zurich d'il y a 40 ans.

### **Qu'est-ce que chacun d'entre nous peut faire pour favoriser une nourriture bonne, saine et juste ?**

Aujourd'hui, Tout citoyen doit revendiquer le droit à une information correcte, non seulement sur la provenance des produits mais aussi sur tous les processus de production. Ensuite il doit, au travers de la connaissance des produits, devenir coproducteur. On ne peut rester passif, il faut comprendre qu'en achetant local on contribue à l'économie mondiale.

### **Et comment fait-on pour impliquer et sensibiliser plus de personnes à aller dans cette direction ?**

La connaissance est une forme de savoir. On est soumis à un bombardement de communication dont on doit se débarrasser. Approcher les gens par l'intermédiaire du plaisir aide mais il faut faire attention parce que si l'on exagère, on détruit le plaisir. Le bon sens et la mesure sont deux choses merveilleuses qui

ne sont pas assez mises en évidence. Il faut aussi faire confiance aux jeunes et les aider à aller dans le bon sens.

### **L'éducation dès l'enfance est-elle importante ?**

Dans l'histoire de Slow Food, c'est à dire depuis plus de 25 ans, l'éducation a toujours eu un rôle central. Il est important de rappeler et souligner que c'est un processus constant pour toute la vie qui ne concerne pas seulement les enfants et les jeunes. Certes, éduquer un enfant c'est comme bâtir les fondations d'une maison alors que pour une personne d'un certain âge, comme moi, il s'agit juste de rénover les murs. Il ne faut jamais penser que ça ne touche qu'une génération ou qu'une période de la vie.

Nous avons développé les potagers comme instrument éducatif et cela nous a permis de revitaliser l'éducation à une approche correcte de l'alimentation : connaître les matières premières mais aussi les produire, sélectionner les semences, préparer le terrain. J'aimerais insister sur cet aspect manuel qui fait aussi partie de l'éducation.

### **En 25 ans le contexte de l'alimentation s'est-il amélioré ou a-t-il empiré ?**

Les choses se sont améliorées, je dirais même, certaines fois de façon exagérée ! Il y a trente ans, on ne parlait pas de la nourriture, jamais, aujourd'hui on en parle presque trop. A la télévision on ne voit pratiquement plus que des programmes sur la cuisine. Il faudrait retrouver le sens des limites. Ne faisons pas de la nourriture un fétiche, ne la considérons pas seulement comme matière alimentaire, entendons-la aussi comme culture, spiritualité, politique, philosophie. Il faut avoir une vision holistique : il n'y a pas en premier le bon et ensuite le sain et le juste. ●

## 2 projets à soutenir

**Le nombre d'activités entrepris par l'organisation pour rapprocher consommateurs et producteurs semble infini : actions pour de meilleures cantines scolaires en Europe de l'Est, restaurants collectifs dans les favelas au Brésil, sauvegarde des pruniers hautes tiges du Jura tabulaire en Suisse ou encore alliance entre cuisiniers et artisans de bouche au Maroc. Le mouvement prend de l'ampleur car un nombre croissant de gens aspire à une alimentation meilleure, plus juste, plus propre.**

### 10'000 jardins potagers en Afrique, planter une graine durable



Au Salone del Gusto 2010 à Turin, Slow Food a lancé l'idée de développer des jardins potagers en Afrique, non seulement dans les écoles, mais dans les communautés au sens large. Le premier objectif qui était d'en soutenir 1'000 a

été atteint fin 2013 grâce à l'implication de 350 communautés dans 38 pays du continent.

La caractéristique fondamentale du projet est qu'il est géré depuis l'Afrique par le réseau Slow Food composé de jeunes de Slow Food Youth, d'anciens étudiants de l'Université des Sciences Gastronomiques et d'agronomes locaux qui contribuent notamment aux manuels d'instruction et aux formations pour garantir que ces potagers, cultivés avec des méthodes durables, produisent par exemple leurs propres semences.

Le nouvel objectif affiché de soutenir 10'000 potagers a été officiellement lancé début 2014. José Graziano da Silva, directeur général de la FAO (Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture) qui a renforcé ses liens avec Slow Food ces dernières années, a souligné lors de l'annonce du prochain but que cette initiative représentait un excellent exemple d'agriculture familiale (thème de l'année 2014 décrété par l'ONU). Ce projet permet notamment d'impliquer les jeunes et de favoriser une meilleure nutrition par des systèmes agricoles et alimentaires durables, même s'il ne s'agit peut-être que d'une goutte d'eau dans un océan de défis.

[www.slowfoodfoundation.com/en/262/slow-food-africa](http://www.slowfoodfoundation.com/en/262/slow-food-africa)

### 10'000 produits de l'Arche du Goût, le répertoire de la biodiversité alimentaire



L'Arche du Goût est un projet lancé par Slow Food en 1996 avec pour mission de chercher, inventorier et faire connaître les produits alimentaires menacés d'extinction par la standardisation industrielle. A ce jour près de 1700

produits sont répertoriés dans ce grand catalogue mondial des saveurs traditionnelles en train de disparaître. Comme un déluge, l'agriculture industrielle et l'homogénéisation des saveurs sont en train de noyer certains aliments, certaines races animales ou variétés végétales mais aussi la culture et l'histoire qui y sont liés. Préserver la biodiversité permet d'affronter les changements, de s'adapter et de survivre.

En Suisse une trentaine de produits sont répertoriés comme par exemple la fidighèla ou mortadella de foie (Tessin), les taillés aux greubons (Vaud) ou encore la chèvre du Toggenburg (Saint-Gall).

#### **Signalez des produits qui méritent d'être sauvés :**

→ Le produit peut être une variété végétale ou une race animale autochtone d'intérêt alimentaire, une espèce sauvage (dans la mesure où elle est liée à des modes de récolte, de transformation ou à des usages traditionnels), ou même un produit transformé (ex. un fromage, de la charcuterie, du pain, un gâteau, etc.).

→ Il doit être de qualité.

→ Il doit être lié à un terroir, à la mémoire et à l'identité d'une communauté et à des savoir-faire locaux traditionnels.

→ Il doit être produit en quantités limitées.

→ Il doit être en risque d'extinction.

[www.slowfoodfoundation.com/ark](http://www.slowfoodfoundation.com/ark)

[www.slowfood.ch/fr/nos-activites/larche-du-gout/](http://www.slowfood.ch/fr/nos-activites/larche-du-gout/)

**10 ANS DE L'UNIVERSITÉ  
DES SCIENCES  
GASTRONOMIQUES:  
30 GASTRONOMES  
SUISSES**

Dans son premier ouvrage en 2005 « Bon, propre et juste : éthique de la gastronomie et souveraineté alimentaire » Carlo Petrini évoquait l'émergence des nouveaux gastronomes. Être gastronome aujourd'hui c'est aller au-delà de la quête hédoniste du bien manger pour s'intéresser à l'agriculture, à l'identité des terroirs, à la biologie, à l'anthropologie, à l'environnement et la biodiversité, mais aussi à l'économie et la politique. C'est pour former à cette nouvelle profession de « gastronome » moderne que l'Université des Sciences Gastronomiques a été fondée en 2004 à Pollenzo, au Piémont, à un jet de pierre de Bra où se situe le siège international de Slow Food (Nord de l'Italie). Cette université n'oublie pas la valeur de la pratique et de l'expérience en proposant de nombreux voyages en Italie et dans le monde au fil de la formation pour encourager les étudiants à découvrir des réalités de production et de consommation alimentaire.

Depuis 10 ans 30 suisses ont étudié au sein de cette institution qui propose des bachelors (3 ans) et des masters (d'une année ou deux ans) en anglais et en italien. Au sein des Masters les étudiants ont entre 20 et 70 ans: il n'y a pas d'âge pour apprendre!  
[www.unisg.it](http://www.unisg.it)

**LES RENDEZ-VOUS DE  
CET AUTOMNE!**

**4 – 5 octobre 2014 à Lausanne,**

**1<sup>er</sup> Slow Fish lacs et rivières**

Slow Fish est une campagne développée au niveau international par Slow Food pour une gestion responsable de la pêche avec notamment une manifestation bisannuel à Gênes en Italie. Cette version helvétique permettra durant deux jours de comprendre et apprécier la pêche durable en Suisse et ailleurs grâce à un marché de producteurs locaux et de l'arc alpin (poisson mais aussi moutardes, vins, légumes, etc.), des conférences et ateliers (par exemple comment fileter), des films sur la thématique et des animations pour enfants.

[www.slow-fish.ch](http://www.slow-fish.ch) et

[www.slowfood.com/slowfish/](http://www.slowfood.com/slowfish/)

**23 – 27 octobre à Turin (Italie),  
10<sup>e</sup> Salone del Gusto et Terra  
Madre.**

Cet événement est l'un des plus importants rendez-vous mondial dédiés à l'alimentation et aux producteurs. Plus de 1000 exposants de 130 pays mais aussi des conférences, rencontres, ateliers, laboratoires de cuisine, repas, discussions avec des chefs, paysans, bergers, pêcheurs, experts, artisans du monde entier. Cette année le Salon du Goût mettra en valeur particulièrement les produits de l'Arche du Goût et présentera des projets inspirants dans le cadre de l'Année Internationale de l'Agriculture Familiale.

[www.salonedelgusto.it](http://www.salonedelgusto.it)

**14 – 16 novembre à Zürich,**

**3<sup>e</sup> Slow Food Market**

L'occasion de découvrir des produits artisanaux et des producteurs de toute la Suisse.

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

et si vous y  
adhérez?



**BULLETIN D'ADHÉSION À SLOW FOOD SUISSE**

Slow Food compte aujourd'hui 100'000 membres dans 150 pays et des milliers de gens contribuent par leur action au travail de l'association en Amazonie, au Cameroun ou au Vietnam. En rejoignant ce mouvement populaire, vous soutenez les projets nationaux et internationaux et pouvez avoir un rôle important dans l'organisation d'événements et de campagnes.

**Veillez cocher un des 3 champs suivants :**

- Adhésion individuelle (Fr. 120.-)
- Double adhésion (Fr. 160.- ; 2 personnes vivant dans le même foyer)
- Adhésion Slow Food Youth (Fr. 30.- ; jusqu'à 30 ans)

**Vos coordonnées**

Nom   
Prénom   
Email   
Date de naissance

**En cas de double adhésion, données pour la 2<sup>e</sup> personne**

Nom   
Prénom   
Email   
Date de naissance

Rue   
Numéro   
NPA   
Localité   
Téléphone

# Genuss '14

du 22 août au 14 septembre 2014



Concours à  
savourer

Das Beste  
der Region

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

Révélez-nous votre **évènement préféré** et gagnez un des **10 bons** d'une valeur de **30 CHF**, à échanger auprès d'un organisateur Genuss'14.

Participez sur : [www.regionalprodukte.ch](http://www.regionalprodukte.ch)

Ecole hôtelière de Lausanne

# Un indicateur pour « manger durable »

texte, Manuella Magnin / photos, DR





*Exalte le goût depuis 1893*

**N**otre alimentation génère plus de pollution que le secteur des transports. Un tiers des émissions de CO<sub>2</sub> provient de la chaîne alimentaire. L'indicateur Beelong, mis au point à l'Ecole hôtelière de Lausanne, accompagne les restaurateurs vers une pratique plus responsable.

Au départ, il y a une abeille, nommée « bee » par nos amis anglophones. Cet insecte, essentiel à la vie sur terre, est malheureusement menacé par la pollution, les pesticides, les parasites. Les initiateurs de l'indicateur Beelong, un groupe d'étudiants de l'EHL, ont fait de l'hyménoptère en danger le porte-drapeau de l'importance de nos pratiques alimentaires pour la survie de la planète.

Destiné à la restauration, l'indicateur est un outil d'évaluation de l'impact environnemental des achats de nourriture et de boissons. Il permet d'entreprendre des actions pour améliorer le bilan écologique de nos assiettes. Concrètement, il implique des changements dans la composition quotidienne des menus ou dans le choix des produits. Objectif : manger de façon plus durable.

Basé sur 5 groupes de critères, il scrute la provenance des aliments, leur mode de production, leur saisonnalité, leur degré de transformation ainsi que leurs émissions de CO<sub>2</sub>.

A l'heure où l'alimentation devient un enjeu majeur au niveau mondial, cet outil, peu contraignant pour ceux qui y adhèrent, facilite l'état des lieux des pratiques d'achats alimentaires actuelles, élabore des pistes d'amélioration et communique les bonnes pratiques aux consommateurs finaux. L'indicateur est spécialement pensé pour réduire au maximum la charge de travail des équipes de restauration. C'est par le biais de l'analyse des bulletins de livraison que les clés pour une alimentation plus durable sont livrées.

#### **Phase pilote**

Les 14 acteurs de la restauration qui participent à la phase pilote de Beelong sont encouragés à ef-

fectuer des achats respectueux de l'environnement pour réduire l'impact écologique de la nourriture.

Cheffe de l'unité du développement durable du canton de Vaud, Viviane Keller souligne la pertinence de Beelong: « L'article 23 de la Loi sur l'agriculture vaudoise prévoit que le Conseil d'Etat, à titre d'exemplarité, favorise la consommation de produits agricoles locaux dans les manifestations organisées par ses services ou ayant bénéficié de subventions, ainsi que dans les établissements gérés par l'administration cantonale. L'Etat de Vaud prévoit en outre d'informer et de sensibiliser les entités publiques et parapubliques afin d'améliorer leurs pratiques.

Une démarche qui dépasse les frontières cantonales. En 2015, le canton de Vaud, avec l'appui de Coord21 (association des collectivités et institutions de droit public de Suisse romande et du Tessin engagées dans une démarche de développement durable) va mettre sur pied des groupes d'échanges d'expériences qui s'attelleront aux achats alimentaires responsables.

#### **Prix Genilem**

Au-delà des restaurateurs et des politiques, Beelong a séduit Genilem qui l'a choisi comme lauréat de son prix HES 2013.

Charlotte de La Baume, jeune entrepreneuse qui chapeaute le projet au sein de l'EHL, a reçu 20'000 francs ainsi qu'un accompagnement de trois ans par un coach Genilem pour affûter cet outil validé scientifiquement qui devrait évoluer vers la création d'un logiciel attendu pour 2016. Il faut dire qu'avec 50 millions de repas servis en Suisse romande, la marge de progression vers une attitude plus responsable à l'égard de notre nourriture et de l'environnement est énorme.

*Il implique des changements dans la composition des menus ou dans le choix des produits. Objectif : manger de façon plus durable.*

## Une tendance de fond

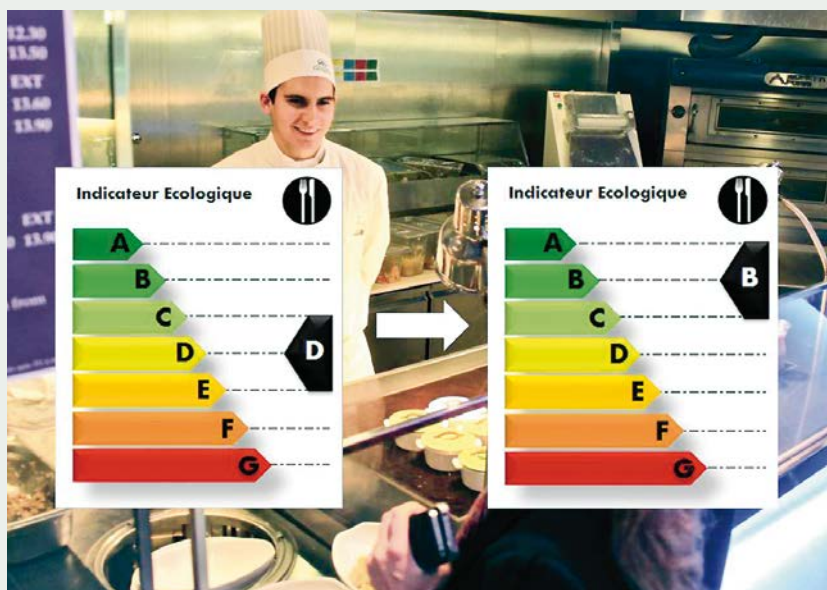
Depuis un certain nombre d'années, les consommateurs avertis privilégient de plus en plus des produits de proximité et s'enquière de leur mode de production. Les nouvelles enseignes de la restauration rapide se sont muées du fast food au fast good, mettant volontiers en avant leurs bonnes pratiques écologiques. Les grands groupes de restauration collective présents en Suisse romande optent pour des valeurs terroir à l'instar de l'adhésion au label GRTA (Genève Région Terre Avenir)

par plus d'une septantaine de restaurants collectifs à l'automne 2013.

Dans la même veine, le géant SV Group, qui sert quelque 20 millions de repas chaque année dans des restaurants collectifs dans toute la Suisse, a reçu en avril 2013 le Prix climatique Zurich Suisse & Liechtenstein pour son programme ONE TWO WE réalisé en partenariat avec le WWF dont le but est précisément de diminuer les émissions CO<sup>2</sup> liées à la restauration. •

## L'exemple par le plat

Poulet rôti, poireaux gratinés et embeurrée de chou  
L'assiette servie par le restaurant de l'Ecole hôtelière de Lausanne a bénéficié d'une bien meilleure note grâce au remplacement du poulet et de certains légumes par des produits locaux labellisés Suisse Garantie par exemple.



↓ Avant changement

Produit	Kg	Provenance	Saison	Mode de prod.	Transformation	g CO2	Note
Poireau	1.3	Turquie	Ok	-	Brut	1000	D
Echalotte	0.3	Suisse, Vaud	-	Suisse Garantie	Brut	1000	B
Chou frisé	1.5	Espagne	Ok	-	Brut	1000	C
Carotte	0.2	Espagne	Ok	-	Brut	1000	C
Ail	0.0	Argentine	Ok	-	Brut	1000	D
Poulet	3.0	Bésil	-	-	Surgelé	4000	F
Lard	0.1	Suisse, Valais	-	Suisse Garantie	Fumé	8000	B
Beurre	0.6	Suisse, Fribourg	-	Suisse Garantie	Pasteurisé, réfrigéré	7300	B
Fromage râpé	0.1	Italie	-	-	Réfrigéré	11400	D
Lait entier	5.0	Suisse	-	Suisse Garantie	Pasteurisé, réfrigéré	1500	B
Farine	0.4	Allemagne	-	-	Moulu	1500	C
Paprika	0.0	Méditerranée	-	-	Moulu	3500	E

Total **D**

↓ Après changement

Produit	Kg	Provenance	Saison	Mode de prod.	Transformation	g CO2	Note
Poireau	1.3	Turquie	Ok	-	Brut	1000	D
Echalotte	0.3	Suisse, Vaud	-	Suisse Garantie	Brut	1000	B
Chou frisé	1.5	Suisse, Vaud	Ok	Suisse Garantie	Brut	1000	A
Carotte	0.2	Suisse, Vaud	Ok	Suisse Garantie	Brut	1000	A
Ail	0.0	Argentine	Ok	-	Brut	1000	D
Poulet	3.0	Suisse	-	Suisse Garantie	Frais	4000	B
Lard	0.1	Suisse, Valais	-	Suisse Garantie	Fumé	8000	B
Beurre	0.6	Suisse, Fribourg	-	Suisse Garantie	Pasteurisé, réfrigéré	7300	B
Fromage râpé	0.1	Suisse, Fribourg	-	AOC (Suisse)	Réfrigéré	11400	C
Lait entier	5.0	Suisse, Vaud	-	Suisse Garantie	Pasteurisé, réfrigéré	1500	B
Farine	0.4	Suisse	-	-	Moulu	1500	B
Paprika	0.0	Méditerranée	-	-	Moulu	3500	E

Total **B**

« Je privilégie  
les produits  
respectueux de  
l'environnement »



Sylvie Chevry est cuisinière à l'APEMS de Prélaz à Lausanne. C'est avec enthousiasme qu'elle a adhéré à Beelong. Interview.

**Qu'est-ce qui vous a séduit dans la démarche Beelong ?**

Je collaborais déjà avec la plateforme bio qui nous livre des légumes et fruits de saison.

Adhérer à Beelong était donc la suite logique de mon investissement pour une consommation écologique, en respect avec la nature, les saisons et les produits du terroir.

**Est-ce que cet indicateur a changé votre façon de travailler ?**

Grâce à Beelong, j'ai pris conscience de l'importance de faire attention à ce que l'on consomme. J'utilise des produits de saison, régionaux et respectueux de l'environnement. Nous avons changé nos pâtes pour privilégier celles à l'épeautre suisse, le riz, que nous prenons bio d'Italie, le poisson, et bien d'autres choses encore. L'objectif est d'offrir une nourriture saine aux enfants et de les rendre attentifs dès leur plus jeune âge au respect des saisons. Nous évitons les denrées qui ont parcouru des milliers de kilomètres. Si je ne boycotte pas les fruits exotiques, je m'assure que leur provenance soit en accord avec Beelong.

**En termes d'achats, l'indicateur a-t-il un impact financier sur les coûts des ingrédients ?**

C'est bien sûr un peu plus cher.

**Pensez-vous que ce genre de démarche est applicable à tous types de restaurants ?**

Ce serait merveilleux que tous les restaurateurs consomment bio, local et en respect avec l'environnement, mais cela réduirait la diversité et augmenterait considérablement l'addition. Malheureusement, beaucoup de gens n'auraient plus les moyens d'aller au restaurant.

## Les établissements de la phase pilote

- L'Ecole hôtelière de Lausanne
- L'Université de Lausanne, « L'Unithèque »
- Le Centre de vie enfantine (Montelly, Valency, Ancien-Stand, Bourdonnette, Grattapaille)
- L'APEMS (accueil pour enfants en milieu scolaire) de Prélaz et de Pyramide
- L'Ecole d'agriculture et de viticulture Agrilogie Marcelin
- L'Ecole d'agriculture du Valais
- L'UAPE (unité d'accueil pour écoliers) de Bassins, « L'Abricoque »
- Les Hôpitaux universitaires de Genève
- Le restaurant « O'Les Terrasses du Lac » à Nyon

# Le Sel des Alpes

## à la conquête de l'Helvétie

**Avalisée en avril dernier, l'union des Salines suisses du Rhin et de la Saline de Bex ouvre de nouvelles perspectives de développement pour « l'or blanc » bellerin. Une bonne nouvelle pour les consommateurs suisses soucieux d'agrémenter leurs mets avec un sel local, 100% pure origine, produit dans le respect de normes environnementales très strictes.**

texte, Manuella Magnin

photos, Olivier Pasqual, Sedrik Nemeth

À l'échelle humaine, il suffit parfois d'un seul événement pour devenir célèbre. Pour le sel de nos montagnes vaudoises, le cheminement aura été bien plus long. Fort de plus de 400 ans d'histoire, « l'or blanc » de Bex aura vécu bien des vicissitudes et défrayé souvent la chronique avant de pouvoir tenir la vedette comme il le fait depuis le mois de mai dans toute la Suisse.

La Saline de Bex a vu ses perspectives d'avenir s'élargir au début avril de cette année grâce au vote des parlementaires vaudois qui ont approuvé le mariage entre la Saline de Bex et les Salines Suisses du Rhin. Ces épousailles, qui auront nécessité près de deux ans de discussions, permettent l'ouverture de l'ensemble du marché helvétique aux deux entités.

Jusqu'ici, la Saline de Bex n'était pas autorisée à écouler sa production en Suisse hors du canton de Vaud. Quant aux Salines du Rhin, elles ne pouvaient pas vendre leur sel en terres vaudoises. Désormais, tous les consommateurs, partout dans le pays, ont le choix entre le Sel des Alpes, extrait à Bex, et le JuraSel®, originaire de Bâle-Campagne et d'Argovie. Aussi étrange que cela puisse paraître, la fin du monopole de la Saline de Bex dans le canton de Vaud est une excellente nouvelle. Régi désormais par un monopole unique qui a pour nom Salines Suisses SA, le commerce du sel dans notre pays peut s'organiser dans un régime de liberté contrôlée afin de préserver les intérêts des deux producteurs helvétiques.

Bex se focalise sur le développement de ses produits haut de gamme que sont le Sel des Alpes et les soins bien-être pour le corps et le visage aux huiles essentielles fabriqués localement.

Quant à l'importation de sels du monde par les commerces spécialisés, elle demeure soumise à autorisation. Elle est régie par le monopole unique administré depuis Bâle. Les taxes prélevées sur ces importations sont reversées aux cantons.

### **Une magnifique opportunité**

Pour Annick Foretay, responsable du marketing de la Saline de Bex, cette nouvelle organisation faitière représente une magnifique opportunité de développement : « nous pouvons enfin travailler et décliner nos labels en tenant compte de nos coûts réels. Une belle occasion d'assurer la pérennité de l'entreprise et de rendre hommage aux Bellerins qui y ont cru au fil des siècles ».

Et Annick Foretay de rappeler que la Saline de Bex a été fermée à trois reprises par le passé. « C'est grâce à la persévérance d'industriels qui se sont battus becs et ongles que ce magnifique sel de nos alpes vaudoises peut aujourd'hui jouer dans la cour des grands. »

### **Le défi de l'innovation**

Si l'extraction du sel est à la pointe de la performance grâce à l'invention et à la mise en œuvre au XIX<sup>e</sup> siècle par Antoine-Paul Piccard de l'évaporation par thermo-compression, la Saline de Bex peut



maintenant redoubler d'imagination pour séduire les consommateurs.

La vague des sels du monde, aromatisés ou non, compte déjà bien des émules. Depuis le milieu des années 2000, des sels exotiques à prix d'or ont convaincu les gastronomes par leurs textures et leurs goûts différents.

Une « concurrence » qui n'effraie pas les stratèges du développement de nouveaux produits à Bex. Le virage a déjà été amorcé dans la saline du Chablais vaudois qui propose depuis quelques années du sel aromatisé aux herbes et aux épices bio (voir encadré) ainsi qu'un fabuleux sel à l'ancienne qui n'a rien à envier à la meilleure des fleurs de sel.

« Nous travaillons aussi sur des mariages inédits et des textures différentes avec des acteurs locaux dans une optique de proximité », confie Annick Foretay qui est enthousiaste à l'idée de surprendre les plus fins palais par des créations nouvelles.

Si le site touristique existe en l'état aujourd'hui, c'est également grâce à l'initiative et à la vision d'un collaborateur de la Saline (Lucien Fournier), et aux moyens financiers que la société a mis à disposition pour transformer la mine en un véritable patrimoine visitable.

#### **La carte verte**

Bex entend surtout faire valoir ses atouts majeurs pour séduire : un sel 100 % naturel, du terroir vaudois, extrait dans le respect le plus strict de l'environnement.

L'énergie utilisée pour produire le sel à Bex est fournie depuis fort longtemps par deux rivières, la Gryonne et l'Avançon. Si l'électricité verte produite par la centrale propre à la saline couvre intégralement les besoins énergétiques nécessaires à la production du sel, une part importante de cette énergie renouvelable est injectée dans le réseau. Le bilan écologique de l'exploitation s'avère extrêmement positif. La commercialisation des produits s'opère dans un bassin proche. Fin 2011, l'entreprise a été certifiée EcoEntreprise, attestant de ses très bonnes performances en matière de développement durable.

Last but not least, les emballages de 500 g et 1 kg de sel fin de Bex bénéficient du label climatop, un label assurant que la consommation d'énergie nécessaire à leur fabrication est nettement inférieure aux autres produits disponibles sur le marché. De quoi convaincre des chalands de plus en plus soucieux de consommer local et nature! •



MINES ET SALINES  
DE BEX

DE BEX  
MINES ET SALINES



## Le sel de Bex en chiffres

Quelque 30'000 tonnes de sel sont produites à Bex chaque année. La majeure partie de ce sel est destinée au déneigement des routes. Environ 5 milles tonnes contribuent à l'adoucissement et à la purification de l'eau, 3 milles à l'alimentation humaine et 2,5 milles tonnes à l'alimentation animale.

Le site de Bex emploie une quarantaine de personnes. La saline vaudoise produit également de l'électricité depuis 1870. Environ 70'000 personnes visitent les mines chaque année.

## La gamme alimentaire actuelle

### **Le sel fin**

Enrichi ou non en iode et en fluor, il est extrait grâce à l'eau de source des glaciers puis cristallisé par évaporation conservant ainsi toute sa pureté originelle. Il est disponible en emballages de 500 g, 1 kg ou encore en élégante salière de 250 g.

**Le sel auquel de l'iode et du fluor a été ajouté contribue à lutter contre les caries dentaires et contre la formation du goitre.**

Les emballages de 1 kg et 500 g bénéficient du label climatop.

Conditionnement: salière de 250 g, boîtes en carton de 500 g et 1 kg.

### **Sel aux herbes et aux épices**

Ces mélanges sont composés de Sel des Alpes, d'herbes et d'épices de cultures biologiques. Subtilement assorti d'herbes et d'épices de culture biologique sélectionnées avec soin, la variété et le caractère bien distincts des quatre mélanges Doux, Aromatique, Oriental et Fort permettent d'assaisonner harmonieusement toutes préparations culinaires (viandes, poissons, légumes, salades...).

Des produits 100 % naturels qui ne contiennent ni additif, ni antiagglomérant. Le contrôle des produits biologiques est effectué par un organe certificateur indépendant.

Conditionnement: tube en PET, 80 g.

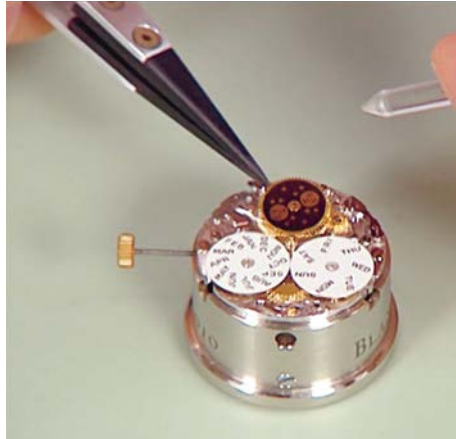
### **Sel à l'ancienne**

La saumure naturelle extraite au cœur des Alpes vaudoises est évaporée patiemment sur du bois de mélèze, suivant un procédé remontant au 17<sup>e</sup> siècle.

Conditionné dans son état naturel, pur, riche en sels minéraux, en oligo-éléments et sans aucun additif, le Sel à l'ancienne apporte une saveur exquise et authentique à tous les mets. Divin en finition. Une excellente alternative à la fleur de sel.

Conditionnement: bocal en verre, 85 g.

# De l'horlogerie à la gastronomie, le même goût du beau geste



texte, Véronique Zbinden / Photos, Blancpain

Chez Blancpain comme chez Benoît Violier ou Carlo Crisci, le temps est un allié précieux. La cuisson millimétrée, le geste cent fois répété, d'une précision invariée, l'esthétique éblouissante. Plongée dans deux univers plus proches qu'on ne l'imagine...

On le voit nouer son tablier, affûter ses couteaux, décoquiller une Saint-Jacques avec une infinie délicatesse. Dans le même temps, un maître horloger assemble les minuscules composants d'un mouvement, ajuste cadran, boîte et bracelet d'un futur garde-temps signé Blancpain... Gestes précis et cent fois répétés. Rituels quotidiens mis en images pour un film signé Blancpain, illustrant l'art de la grande cuisine et celui, cousin, de la grande tradition horlogère.

Les mains qui superposent les étages minuscules et translucides d'une entrée légèrissime, qui façonnent une bouchée exquise de cardon aux truffes, ce sont les siennes. Les doigts d'orfèvre qui enroulent et donnent naissance au divin

spaghetti à la truffe blanche d'Alba, ce sont les siens. Des plats emblématiques de Crissier réalisés ici par Franck Giovannini, chef de Benoît Violier, médaillé de bronze du Bocuse d'or 2007 et finaliste par deux fois de ce même concours, dont il préside désormais les sélections suisses.

Pour Franck Giovannini, «l'horlogerie et la gastronomie sont avant tout deux métiers manuels, artisanaux, nécessitant la même minutie, le même amour du beau geste et du travail bien fait». Le jeune chef a découvert cet univers fascinant à l'époque de ses premiers concours.

Le Bocuse d'or, souvent comparé aux Olympiades de la haute cuisine, qui met aux prises les candidats issus des sélections nationales lors d'un marathon d'une journée. Une course effrénée contre le temps, où chaque geste compte, dont Blancpain a été durant plusieurs années le sponsor et chronométreur officiel.

L'objectif? Présenter des plats parfaits, ou plutôt des œuvres d'art, des architectures

sublimes à la Escoffier, revues à l'aune de la modernité s'entend, légèreté contemporaine et créativité en sus, propres à séduire, combler, éblouir un jury de haut vol...

C'est aussi dans la cuisine de Philippe Rochat, natif de la Vallée de Joux et fou de belles montres, que Franck a pris goût à cet art de vivre. Comme avant lui Benoît Violier, lui-même lauréat de concours prestigieux - Escoffier, Taittinger, Montagné, Meilleur Ouvrier de France - reprenneur de la maison mythique, auréolée de trois macarons Michelin.

Pour Benoît Violier, les gestes sont parfois cousins, les instruments souvent comparables: «De nombreux outils utilisés en cuisine évoquent l'univers technologique et la précision extrême des maîtres horlogers, que l'on songe aux brucelles, à la pipette ou à la seringue utilisés pour dessiner un tracé précis, au poinçon qui sert à disposer les grains de caviar ou encore aux emporte-pièces qui délimitent une forme parfaite».



Le temps, le temps. «Une dimension extraordinaire importante en cuisine, souligne le chef de Crissier. Pas seulement lors des concours, où il peut vous valoir des pénalités, voire se révéler éliminatoire. De même, dans le quotidien d'un restaurant, il y a une chronologie à respecter, dans le déroulement de ce ballet qu'est un grand menu. Je détermine qu'à midi, j'envoie ma première entrée, puis à midi quinze la seconde et ainsi de suite...»

Entre-temps, en cuisine, la brigade a l'oeil rivé à sa montre. Benoît Violier apprécie particulièrement sa Blancpain Fifty Fathoms, mais aussi l'horloge murale de Blancpain accrochée en cuisine car ce sont les seules à avoir une trotteuse lisible avec une telle évidence. «Avec nos cuissons millimétrées, cinquante secondes pour une langoustine par exemple, je m'y réfère en permanence, de même que pour les temps de repos, tout aussi impératifs».

Une longue tradition d'amitié et d'échange lie en outre ces deux univers, qui re-

monte à l'époque de Fredy Girardet, puis de Philippe Rochat. Plus précisément, cette amitié s'est nouée en 1989, année de l'obtention du titre de cuisiniers du siècle par Fredy Girardet, Paul Bocuse et Joël Robuchon. Blancpain avait alors remis une horloge murale à chacun de ces lauréats d'exception, inaugurant avec Joël Robuchon un partenariat qui perdure à ce jour. A relever aussi l'admiration de certains patrons de l'horlogerie, tel Marc A. Hayek, président et CEO de Blancpain et Alain Delamuraz, vice-président et directeur marketing, qui effectua son stage de cuisine à Crissier alors qu'il étudiait à l'Ecole hôtelière de Lausanne.

Une belle montre? Un des cadeaux les plus appréciés des chefs eux-mêmes, pour honorer l'excellence d'un collaborateur: Benoît a reçu sa première Blancpain, gravée à son nom et datée du 12 mai 2000, date de l'obtention de son titre de Meilleur Ouvrier de France par son patron d'alors Philippe Rochat. Franck a reçu la sienne, un chronographe flyback, lorsqu'il a remporté la sélection

suisse du Bocuse d'or en 2006. Carlo Crisci en a offert une à son sommelier émérite François Gautier à l'occasion de ses dix ans de maison.

Parrain de la Semaine du Goût 2014, Carlo Crisci garde lui aussi un souvenir ému de sa première montre. «Elle était en or, automatique, un peu style montre de pilote, très belle dans mon souvenir: mon papa me l'avait offerte pour mes douze ou treize ans...»

Le chef doublement étoilé du Cerf, à Cossonay a possédé plusieurs garde-temps depuis, mais il en garde l'image d'un objet précieux entre tous «par le travail de l'homme, cette minutie absolue et cette course à la qualité».

Complexité et limpidité. Beauté éphémère des créations culinaires. Rêve et luxe. Une esthétique éblouissante qui renvoie à celle que créent, jour après jour, les doigts de fées de la manufacture du Brassus. •

# LES ÉTOILES GOURMANDES DU VALAIS

13 ÉTOILES SUR SON DRAPEAU,  
6 PRODUITS AOP/IGP,  
60 TABLES TOQUÉES  
ET 839 POINTS AU GAULTMILLAU.  
QUI DIT MIEUX ?

texte, France Massy

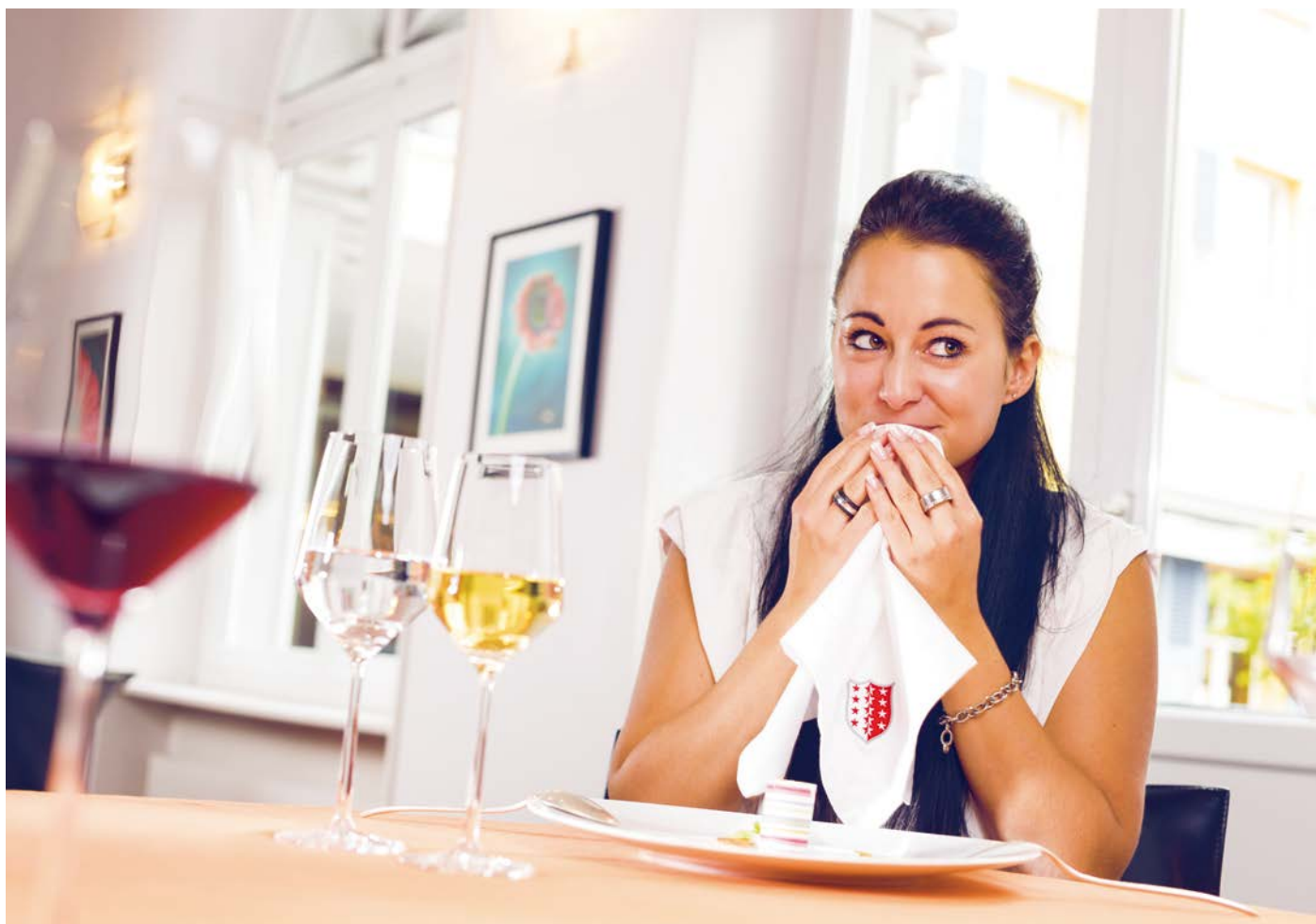
photo, Pascal Gertschen

**F**romage à Raclette du Valais AOP, Viande séchée du Valais IGP, Pain de seigle valaisan AOP, Safran de Mund AOP, Eau-de-vie de poire du Valais AOP, Abricotine AOP... Sans compter le lard sec du Valais et le jambon cru du Valais qui ont déposé une demande pour l'obtention de l'IGP, le canton du Valais est celui qui possède le plus de produits labellisés AOP/IGP de Suisse. C'est aussi le canton où le rapport nombre d'habitants-restaurants gastronomiques est le plus élevé.

Des rivages du Léman à la vallée de Conches, le guide GaultMillau se délecte et octroie 839 points. La Station de Zermatt en additionne à elle seule 248. Pas étonnant qu'elle en fasse un événement phare de la saison d'été à travers son Swiss Food Festival! Aux 4 coins du canton, sans renier la raclette ou l'assiette valaisanne, une jeune génération de grands chefs dépoussière – à coup de créations audacieuses et de mariages inédits – les clichés liés au Vieux Pays.

**Didier de Courten** – le Terminus à Sierre – 2 étoiles au Michelin, 19 au GaultMillau, est l'incontournable chef de file de la cuisine valaisanne. Amoureux inconditionnel du terroir, il possède plusieurs vaches de la race d'Hérens (dont on retrouve les fromages affinés sur son plateau) et travaille avec subtilité les spécialités valaisannes. Témoins ces « noix de ris de veau braisées au vin des glaciers, sur lit de macaroni longs aux asperges vertes, accompagnés de délicates morilles à la crème et de quelques copeaux de truffe d'été » qui nous ont régalés ce printemps.

**Au restaurant Le Mont Rouge** à Haute-Nendaz, Loris Lathion (14 pts) parfume ses marshmallow au fromage d'alpage, chante les délices de l'agneau du pays et magnifie cerf, chevreuil, marmotte ou chamois au moment de la chasse. A Crans-Montana, Franck Reynaud (17 pts) jongle de l'Hostellerie au bistrot des Ours, illuminant sa cuisine des soleils provençaux et valaisans. Tandis que Pierre Crépaud, au restaurant



Le MontBlanc, LeCrans Hôtel&Spa, (16 pts) affiche son goût de la chlorophylle à travers une mise en bouche alléchante des plantes alpines et des fleurs sauvages. A quelques kilomètres de Verbier, les gourmets ne rateraient pour rien au monde la « Complicité d'atriaux et boudins » concoctée aux Alpes à Orsières par un Samuel Destaing (17 pts) éblouissant.

**A Saas-Fee**, à 1800 mètres d'altitude, le Fletschhorn (18pts) vous attend pour une expérience sensorielle inoubliable. A Blitzingen, les plats de Peter Gschwendtner (16 pts) réjouissent ses hôtes : essence claire au safran et poissons du moment, tête de veau en potée et légumes d'hiver, ou encore velouté de painis et sa crêpe au miel et noix pour les végétariens...

**Dans la vallée de Conches**, Ernen a gardé toute sa beauté et son charme d'antan et la programmation pointue de son festival de musique attire chaque été un public averti. Mais ceux qui ont eu la chance de s'y rendre en repartent avec un souve-

nir gourmand. Ce petit village recèle 2 restaurants gastronomiques auréolés de 15 pts : le St Georg et la Gommerstuba. Dans le premier, Klaus Leuenberger sert une cuisine faisant la part belle à la nature, dans le second, Rolf Gruber se laisse inspirer par les saisons. Au final, une même note pour des artisans du goût jouant une même partition.

**Depuis que Sion a été Ville du Goût** en 2003, la capitale du Valais fête le goût toute l'année. 6 tables sont distinguées par le guide GaultMillau et stimulent toute la restauration sédunoise. De Damien Germanier (17 pts) au Jardin-Restaurant La Sitterie de Jacques Bovier, nos papilles s'emballent...

Il faudrait encore vous parler des 50 autres tables couronnées par GaultMillau, de toutes celles labellisées Saveurs du Valais, mais, zut alors, la page est pleine ! Il vous reste encore une solution pour ne rien rater de ce canton gourmand : débarquer en Valais avec fourchette et sac à dos. ●

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

LES GOÛTER,  
C'EST LES AIMER.



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

Suisse. Naturellement.

A déguster avec modération



# la féra

## délicatesse de nos lacs

texte, Manuella Magnin / photo, Corinne Sporrer

Ce magnifique salmonidé lacustre que les Neuchâtelois nomment palée est un vrai délice. A condition de savoir le travailler correctement et de ne pas le transformer en charpie. Si lever les filets est une tâche que poissonniers et pêcheurs accomplissent avec brio, il peut être utile de savoir le faire soi-même. Les écoles professionnelles de Suisse romande montrent comment effectuer ce travail qui s'apprend sur le tas avec un peu de pratique. Il n'est

pas rare d'ailleurs que les futurs cuisiniers aillent se frotter à cet art auprès des fournisseurs de la gastronomie pour s'assurer un sans faute à leur examen d'apprentissage.

Nous avons demandé à Alexandre Fayet, pêcheur professionnel à Gland de nous montrer pas à pas comment procéder. A vos couteaux et à vos pinces à épiler avant de vous mettre à table autour d'un vin tartare!

1 – Maintenir le poisson par la tête, nageoire dorsale contre soi, et l'écailler avec un long couteau en partant de la queue vers la tête.



2 – Passer le couteau derrière l'ouïe et la nageoire. Retourner la lame en direction de la queue et trancher la tête en s'appuyant sur la colonne vertébrale.



3 – Lever le filet en partant de la tête vers la queue.



4 – Soulever l'échine afin de séparer le second filet de la tête.

## Féra, carte d'identité



La féra affectionne nos lacs alpins. Ce corégone au corps fuselé est recouvert de petites écailles aux reflets argentés. Sa taille moyenne oscille entre 30 et 40 cm. Elle peut atteindre 70 cm. Les spécimens proposés par nos pêcheurs pèsent entre 600 et 800 g. Les plus belles prises peuvent afficher jusqu'à 3 kg sur la balance !

Espèce autrefois menacée par l'eutrophisation des eaux, elle se porte aujourd'hui à merveille depuis la disparition des phosphates de nos produits lessiviels.

La pêche de ce poisson est habituellement fermée de mi-octobre à mi-janvier afin de favoriser sa reproduction. À noter que la plupart des pêcheurs en stockent dans leurs congélateurs pour les amateurs inconditionnels qui ne peuvent s'en priver durant cette période.

Exquise crue en tartare, la féra est aussi sublime fumée ou apprêtée en croûte de sel.

5 – Lever le second filet en procédant de la même façon que pour le premier.



5

6 – Oter la nageoire ventrale en tournant autour de l'os de la nageoire.



6



7



8

7 – Enlever la côte en s'appuyant avec un couteau souple sur le filet, et remonter vers la queue du poisson.

8 – Enlever les arêtes à l'aide d'une pince à épiler.



CHAVANNES CENTRE



CENTRE

MANOR SIERRE



CENTRE

SAINT-ANTOINE VEVEY



CENTRE

MANOR MONTHEY



## DEMI-FINALES

**Centre St-Antoine**  
Samedi 6 septembre

**Chavannes Centre**  
Samedi 13 septembre

**Centre Manor Monthey\***  
Samedi 20 septembre

**Centre Manor Sierre\***  
Samedi 27 septembre

\* se déroulent dans  
le cadre de la Semaine  
du Goût

## FINALE

**Centre St-Antoine Vevey**  
Samedi 22 novembre

  
**CHAMPIONNAT**  
romand des **CUISINIERS**  
amateurs **2014**

# La recette

## *Le tartare de féra et sa gelée au piment*



**4 personnes**

Préparation

30 minutes

Cuisson

20 minutes

<b>300 g de filets de féra dégelés<sup>1</sup></b>	<b>2 c.s. de coriandre ciselée</b>
<b>6 piments rouges de force moyenne</b>	<b>2 c.s. de graines de pavot de Genève<sup>2</sup></b>
<b>1 dl de vinaigre balsamique blanc</b>	<b>1 c.s. d'huile de pavot de Genève<sup>2</sup></b>
<b>1 pamplemousse &amp; 1 citron vert</b>	<b>sel à l'ancienne de la Saline de Bex</b>
<b>1 oignon rouge</b>	<b>1 sachet de pectine - gélifiant pour confiture</b>

→ Éépéner les piments et les ééminer. Les blanchir dans le balsamique pour les détendre. Egoutter et réserver le vinaigre. Prélever 1/3 des piments et disposer dans une jatte. Poursuivre la cuisson du solde des piments avec le vinaigre durant 10 minutes. Passer au mixer.

→ Transféer dans une casserole. Ajouter la pectine et porter à ébullition. Laisser frémir jusqu'à dissolution complète de la pectine. Verser le liquide au fond

de quatre petites coupelles. Laisser la gelée prendre.

→ Couper l'oignon en très fines rondelles à l'aide d'une mandoline. Prélever les suprêmes du pamplemousse et débiter en cubes.

→ Couper le poisson en tartare au couteau. Ajouter l'oignon, la coriandre, les graines de pavot, l'huile de pavot, le piment, les dés de pamplemousse et le jus de citron vert. Bien mélanger.

Rectifier l'assaisonnement.

→ Dresser le tartare sur la gelée. Servir avec des toasts en entrée.

1. Pour des raisons sanitaires, il est recommandé de congeler le poisson 36 heures avant de le déguster cru. Les poissons (du lac ou de mer) peuvent en effet receler des petits vers responsables d'embarras gastriques. La congélation évite tout désagrément.

2. [www.carthagene.ch](http://www.carthagene.ch)



Bien trouvé: le Menu gourmet sur simple pression d'un bouton.



Optez pour la qualité suisse: Le Combi-Steam XSL et sa première mondiale, **GourmetVapeur**.

Cuisiner chez soi comme les grands chefs: les recettes gastronomiques préprogrammées vous permettent de réussir les plats les plus raffinés en appuyant sur un simple bouton. Découvrez-en plus sur nos innovations uniques sur [vzug.ch](http://vzug.ch)



L'avant-garde pour cuisine et buanderie

# AOP-IGP



Appellation d'origine protégée Indication géographique protégée

**Spezialitäten mit Charakter  
Reflets de nos terroirs**

Créée le 24 février 1999, sous l'appellation AOC-IGP, l'association suisse qui promeut des produits liés à leur origine géographique et à la forte identité a troqué depuis peu le C d'Appellation d'Origine Contrôlée pour le P d'Appellation d'Origine Protégée.

La production de la spécialité concernée -de la production de la matière première à la transformation du produit fini- ont lieu dans la zone d'origine, seule une étape de production doit être effectuée dans la région de provenance pour les Indications Géographiques Protégées (IGP).

Une petite modification qui lui permet simplement de s'aligner sur le marché européen mais qui ne change en rien ses buts et ses actions.

*AOP, une modification qui  
lui permet de s'aligner sur  
le marché européen.*

Toutes les deux bénéficient du même degré de protection par la loi suisse.

Aujourd'hui, 30 produits suisses sont inscrits dans le registre des AOP et IGP. Le site [www.aop-igp.ch](http://www.aop-igp.ch) permet de les découvrir et de faire connaissance avec les différents producteurs honorés par ces deux signes de qualité.

L'Association suisse des AOP-IGP défend et promeut des denrées alimentaires de qualité ancrées dans un terroir, reconnues par l'Office fédéral de l'agriculture. Terroir ne se limite pas seulement à ses composantes géographiques, pédologiques, climatiques et techniques, mais aussi et surtout à l'humain qui façonne, au quotidien, l'identité culturelle d'une région.

Les AOP-IGP sont importantes pour les producteurs, car ils valorisent leur savoir-faire, mais ils le sont plus encore pour les consommateurs qui grâce à eux savent ce qu'ils mettent dans leurs assiettes. Synonymes d'authenticité, garant de traçabilité, les AOP-IGP sont aussi – et surtout – des vecteurs de culture et de plaisir.

Alors que les Appellations d'Origine Protégées (AOP) doivent garantir que toutes les étapes d'éla-



## Des saucissons à perdre la tête

**Dans le village de Cossonay, fief du Parrain de la Semaine du Goût 2014,  
se trouve l'une des meilleures boucheries du canton de Vaud.  
Rencontre avec les Rochat père et fils.**

C'est dans une maison rose, de la couleur de ce mammifère dont on aime dire que, chez lui tout est bon, que se trouve l'une de meilleures boucheries du canton de Vaud. A la maxime: « Dans le cochon, tout est bon! », on peut rajouter sans sourciller: « Chez Rochat, tout me va! ». Des délicieuses terrines (campagnarde, au poivre vert, vigneronne ou au foie de volaille) aux saucisses à rôtir en passant par le jambon de pays et les incontournables boutefas et le Saucisson vaudois IGP, tous les produits de Jean-Pierre et Sébastien Rochat font le bonheur des gourmands.

### La trace d'un savoir-faire

Jean-Pierre Rochat fait partie de ces artisans du goût engagés dans une recherche de traçabilité et de qualité, soucieux de partager leur savoir-faire. Pour répondre à la première exigence, la Boucherie de la Venoge ne lésine pas: choix de producteurs respectueux de l'élevage, sélection des bêtes, viandes

rassies sur l'os, fabrication mariant la tradition aux règles les plus strictes de l'hygiène du 21<sup>e</sup> siècle.

Quant au savoir-faire, Jean-Pierre Rochat le transmet généreusement en formant depuis de longues années des apprentis. Son fils Sébastien, 31 ans, travaille à ses côtés et partage la même philosophie.

### L'IGP en évidence

Pas étonnant donc qu'on retrouve chez eux les produits IGP de la région. Saucisse aux choux vaudoise IGP et Saucisson vaudois IGP. « L'IGP assure une certaine qualité au consommateur. Le plomb vert certifie le respect d'un cahier des charges exigeant, mais tous les saucissons vaudois ne se ressemblent pas. Le produit final porte la patte de chaque boucher. Nous avons tous notre propre recette », souligne Sébastien. « Les clients ne s'y trompent pas et les boucheries artisanales doivent leur succès à cette différence, cette personnalisation du

produit », renchérit Jean-Pierre Rochat. La coupe -plus ou moins grossière- et la largeur du boyau influencent elles aussi le goût.

Le Saucisson vaudois IGP est fabriqué avec 100 % de viande de porc, quelques épices, dont la coriandre, et un brin d'alcool. « Pas question de mettre de la couenne ou du museau, notre Saucisson vaudois IGP ne contient que des morceaux soigneusement triés et aucun additif! », assure Jean-Pierre qui conseille de le consommer en accompagnement de papet vaudois ou de gratin en hiver et de le déguster avec une bonne salade en été. • France Massy  
[www.boucheriedelavenoge.ch](http://www.boucheriedelavenoge.ch)



## Artisanat fromager sorti d'un autre temps

**Le «Werdenberger Sauerkäse AOP» (fromage frais acide de Werdenberg) est un fromage produit selon une méthode particulière, l'une des plus ancienne que nous connaissons. Récit d'une visite chez la famille Tischhauser, à Grabs, dans la vallée du Rhin saint-galloise.**

À la fromagerie de la ferme Mafun située sur les hauteurs de Grabs à 710 m d'altitude, Florian et Yvonne Tischhauser, accompagnés de leur papa Andreas, nous attendent pour que nous puissions assister à la fabrication du «Werdenberger Sauerkäse AOP».

Le «Sauerkäse» ou fromage acide se démarque nettement des fromages à présure. Ce sont les Romains qui ont introduit dans la fabrication de nos fromages cette enzyme provenant de la panse des veaux. Après leur départ de nos régions, ce savoir-faire se perdit toutefois. Les paysans prirent alors l'habitude d'écrémer le lait, puis de lui ajouter de l'acide ou de le laisser mûrir sans autre. Ce n'est que vers le 14<sup>e</sup> et le 15<sup>e</sup> siècles que la technique d'ajouter de la présure fut redécouverte, car elle permet de produire des fromages plus secs, compacts et donc moins périssables. Le «Sauerkäse» devint alors un produit secondaire permettant de valoriser le lait maigre restant après l'écraimage du lait destiné à la fabrication du beurre. Le petit-lait était quant à lui soit bu sur place,

soit utilisé pour abreuver les cochons. Florian Tischhauser nous rend attentif à quelques taches qui flottent à la surface de cette «soupe». «Il s'agit de quelques résidus rares de graisse. Notre «Werdenberger Sauerkäse AOP» est presque dépourvu de matière grasse, c'est pourquoi il est très sain», se réjouit-il.

«Le lait est d'abord chauffé à 24°C; pendant ce temps, on le remue avec un bâton de sapin écorcé. Les bactéries lactiques naturelles ainsi que d'autres bactéries se trouvant sur le bâton lancent la fermentation; si besoin est, le fromager y ajoute un peu de petit-lait. Avant de mettre le fromage dans son moule, le fromager chauffe la masse à 34°C ou 35°C.»

Florian Tischhauser contrôle la consistance des protéines caillées de ses mains et comprime les flocons pour en faire une pâte molle sous laquelle il tend un filet. Ensuite, il retire la masse par portion avec une pelle trouée et en remplit les moules. Ceux-ci sont alors trempés dans le petit-lait, et retournés.

Le «Werdenberger Sauerkäse AOP» produit par Florian Tischhauser est un fromage au lait cru, conçu d'après un procédé de fabrication ancestral. Fraîchement mis en moule, le fromage rappelle aussi bien par son goût que par sa consistance un yoghurt épais.

Les fromages restent dans leur moule toute une journée avant d'être sortis, frottés avec du sel et mis en cave. Ils seront salés une nouvelle fois d'ici un à deux jours. Officiellement, ces fromages s'appellent «Bloderkäse AOP»; après 21 jours, on les appellera «Werdenberger Sauerkäse AOP», qui se caractérisent par la formation progressive d'une couche jaunâtre cireuse autour du fromage et qui est régulièrement nettoyée. • Paul Imhof

Les produits des Tischhauser peuvent être achetés directement à la ferme (081 771 33 19), dans les magasins de la région et à la foire paysanne de Werdenberg : [www.buuramart.ch](http://www.buuramart.ch) [www.sauerkaese.ch/](http://www.sauerkaese.ch/) [www.bloderkaese.ch/](http://www.bloderkaese.ch/) [www.aop-igp.ch](http://www.aop-igp.ch)

# La conscience tranquille, l'esprit léger.

JUNGLE/ART/Éliminat



Ceux qui souhaitent préserver les mers et les lacs de la planète choisissent des poissons et des fruits de mer issus de la pêche durable avec le label MSC. Grâce au vaste assortiment MSC de Migros, vous pouvez déguster aujourd'hui comme demain du poisson la conscience tranquille.

-----

**MIGROS**  
**M** comme MSC.

Une partie de

GÉNÉRATION **M**



## Une petite poire pleine de promesses

**La Poire à Botzi AOP pousse en grappes, car elle n'aime pas la solitude.  
Pas étonnant donc de la retrouver dans le menu de la Bénichon, un festin  
qu'on partage toujours à plusieurs.**

Michel Losey habite à Sévaz, une commune minuscule, située dans le district de la Broye fribourgeoise. Des 250 habitants, il est le seul à cultiver la Poire à Botzi AOP, cette petite poire à grappe aussi appelée «Büschelbirne», provenant d'une souche d'arbre unique.

«Cette culture n'est pas facile, car le port de l'arbre est très élevé et sa mise à fruit particulièrement longue et délicate à maîtriser. Pourtant, je ne regrette pas une minute d'avoir diversifié ma production. Ce produit de niche est un véritable atout pour mon entreprise», affirme Michel Losey.

### **Diversifier pour mieux survivre**

Arboriculteur patenté, agriculteur couronné d'une maîtrise fédérale et d'un brevet de comptable en tant que spécialiste en comptabilité financière et de gestion, Michel Losey sait de quoi il parle. Les fruits comme les chiffres, il connaît. «Avec 2,5% de ma surface agricole, la culture de la Poire à Botzi AOP repré-

sente 15% de mon chiffre d'affaires. Les comptes sont vite faits!»

En 1992, lorsqu'il reprend le domaine familial, Michel Losey doit se rendre à l'évidence. Pour rentabiliser sa PME, il doit trouver de nouveaux débouchés. «La Poire à Botzi AOP avait quasiment disparue et les produits authentiques, rares et goûteux sont de plus en plus courus. Renouer avec cette culture pouvait donc être la solution pour nous apporter un nouveau souffle.»

Il commence par planter une centaine d'arbres. «Je voulais me doter d'une sorte de petit laboratoire afin d'étudier au mieux les paramètres de cette culture.» Huit ans plus tard, il lui consacre plus de 10'000 m<sup>2</sup> et produit près de 12 tonnes de Paires à Botzi AOP par an.

### **La plus-value de l'AOP**

«Les clients ne recherchent pas seulement la qualité. Ils sont à l'affût d'une histoire, d'un savoir-faire, d'une tradition pimentée d'innovation. L'AOP leur garantit

tout ça.» Michel Losey ne cesse de clamer l'importance des AOP-IGP. «L'obtention de l'AOP a permis de faire reconnaître la Poire à Botzi AOP au-delà de nos frontières. Elle a renforcé les prix et raffermi la demande. Aujourd'hui de grands cuisiniers, à l'instar de Pierrot Ayer, jouent les ambassadeurs de nos produits.»

La Poire à Botzi AOP se récolte en août. A maturité, son goût est frais, très aromatique, et sa texture agréable et juteuse. Mais comme sa durée de conservation est très limitée, le plus souvent on la transforme en vin cuit (compagnon indéfectible du repas de la Bénichon), en eau-de-vie ou en fruit séché. • *France Massy* [www.producteur-botzi.ch](http://www.producteur-botzi.ch)

*La production, le stockage des fruits frais et la préparation des conserves de Poire à Botzi AOP s'effectuent exclusivement à l'intérieur des limites du canton de Fribourg y compris dans les enclaves bernoises de Clavaleyres et de Münchenwiler ainsi que dans les districts d'Avenches et de Payerne, et les communes d'Yvonand et de Dompierre du canton de Vaud.*



# CONCOURS

## PARTICIPEZ ET GAGNEZ

une sélection de délicieuses spécialités AOP-IGP ou, du 2<sup>e</sup> au 5<sup>e</sup> prix, un duo de ces spécialités.

**La date limite est fixée au 31 octobre 2014.**

## DÉCOUPEZ CE COUPON ET

### RENVOYEZ-LE REMPLI À:

Association suisse des AOP-IGP  
Concours Semaine du Goût  
Belpstrasse 26  
3007 Berne



1. Quelle est la différence entre ces deux signes de qualité ?



- Une AOP est élaborée dans sa région d'origine à l'aide de matières premières issues d'autres cantons suisses. Une IGP peut être issue de matières premières provenant des pays voisins.
- Une AOP est entièrement élaborée dans sa région d'origine. Une IGP peut être affinée à partir de matières premières issues d'autres régions de Suisse.
- Une AOP porte le nom de sa région d'origine, mais peut être fabriquée dans d'autres régions de Suisse. Une IGP peut être élaborée dans un pays voisin d'après la recette traditionnelle suisse.

2. Où se trouve la zone de production de la Poire à Botzi AOP ?

- En Suisse orientale
- En Valais
- Dans le canton de Fribourg

3. Pourquoi le Bloder-/Sauerkäse AOP répond-il aux exigences de l'alimentation moderne ?

- Il contient très peu de matière grasse
- Il est pauvre en graisse et calories, mais riche en protéines
- Il est pauvre en sel

Je souhaite m'abonner gratuitement à la revue AOP-IGP «Tradition & Terroir»  Allemand  Français

Nom: .....

Prénom: .....

Adresse: .....

No postal, Lieu: .....

# LES PRODUITS AOP ET IGP EN SUISSE

## REGISTRE DES AOP

(Appellation d'origine protégée)

	date de publication
1. L'Etivaz AOP	02. 03. 00
2. Rheintaler Ribel AOP	14. 08. 00
3. Tête de Moine AOP	08. 05. 01
4. Gruyère AOP	12. 07. 01
5. Eau-de-vie de poire du Valais AOP	21. 12. 01
6. Sbrinz AOP	24. 04. 02
7. Formaggio d'alpe ticinese AOP	14. 02. 02
8. Abricotine AOP	06. 01. 03
9. Vacherin Mont-d'Or AOP	16. 05. 03
10. Cardon épineux genevois AOP	10. 10. 03
11. Pain de seigle valaisan AOP	27. 02. 04

12. Berner Alpkäse AOP, Berner Hobelkäse AOP	02. 04. 04
13. Munder Safran AOP	02. 07. 04
14. Vacherin Fribourgeois AOP	28. 02. 06
15. Emmentaler AOP	06. 10. 06
16. Poire à Botzi AOP	05. 10. 07
17. Raclette du Valais AOP	26. 02. 08
18. Werdenberger Sauerkäse AOP Liechtensteiner Sauerkäse AOP	
19. Bloderkäse AOP	18. 02. 10
20. Damassine AOP	09. 03. 10
20. Zuger Kirsch AOP Rigi Kirsch AOP	02. 09. 13

## REGISTRE DES IGP

(Indication géographique protégée)

	date de publication
21. Glarner Alpkäse AOP	30. 01. 14
22. Bündnerfleisch IGP*	29. 09. 00
23. Saucisse d'Ajoie IGP	07. 11. 02
24. Viande séchée du Valais IGP	29. 01. 03
25. Saucisson neuchâtelois IGP Saucisse neuchâteloise IGP	06. 06. 03
26. Saucisson vaudois IGP	11. 10. 04
27. Saucisse aux choux vaudoise IGP	11. 10. 04
28. St. Galler Bratwurst IGP, St. Galler Kalbsbratwurst IGP, St. Galler OLMA-Bratwurst IGP	26. 08. 08
29. Longeole IGP	02. 04. 09
30. Glarner Kalberwurst IGP	25. 11. 11



\* N'étant pas produit obligatoirement avec de la viande suisse, la Viande des Grisons (Bündnerfleisch IGP) ne peut pas utiliser le logo avec la croix suisse.

# Sentir la rose ou le litchi, tout est affaire de nez...

texte, France Massy / photo, Rezo.ch

**I**l y a quelques années, lors d'une dégustation dans une cave valaisanne, une jeune néophyte hume et goûte une dizaine de cépages avant de s'exclamer: «C'est fou, dans ces vins, je sens des fleurs, des fruits, des épices mais jamais du raisin!»

La Belle n'avait pas tort. Mais pourquoi donc, les parfums du vin sont-ils si complexes? La réponse par Richard Pfister, ingénieur en œnologie et viticulture, mais également «nez» professionnel (il a travaillé plusieurs années dans la création en parfumerie).

**Richard Pfister, en 2013, vous avez publié un ouvrage qui a suscité beaucoup d'intérêt dans le monde du vin:**

***Les parfums du vin\**. Dans ce livre, recensant 152 fiches, vous innovez en classant les odeurs du vin selon les méthodes utilisées en parfumerie.**

**Qu'est-ce votre nouvelle classification apporte-t-elle de nouveau?**

La classification CEnoflair permet d'utiliser un langage commun, professionnels comme consommateurs, sans pour autant limiter les possibilités. En s'inspirant de la parfumerie, elle amène une systématique de description qui améliore la mémorisation des odeurs, si difficile habituellement.

Des tests ont été menés à Changins, avec des résultats positifs supérieurs aux attentes. En suivant cette classification, les descriptions d'un même vin par plusieurs dégustateurs devenaient nettement plus proches les unes des autres que s'ils le décrivaient chacun suivant leur propre habitude.

**Vous et moi ne sentons donc nécessairement pas la même chose?**

Il est quasi impossible de rencontrer sur terre une personne disposant du même nez que soi-même... Fœtus, durant notre 15<sup>e</sup> semaine de vie, nos récepteurs olfactifs se positionnent aléatoirement sur

notre organe olfactif. Sachant qu'il en existe entre 400 et 500 types différents et que chacun est présent à raison de plusieurs milliers d'exemplaires, il n'y a pas besoin d'être mathématicien pour comprendre que les combinaisons possibles sont gigantesques!

De plus, le traitement de l'information olfactive par notre cerveau est influencé par de nombreux paramètres comme l'humeur, le rythme cardiaque, le goût et la vue, qui varient différemment suivant les personnes. Il y a donc effectivement peu de chances que deux personnes sentent exactement la même chose, même après un entraînement rigoureux, bien que celui-ci permette heureusement de réduire ces imprécisions.

Les neurophysiologistes ont heureusement beaucoup progressé ces vingt dernières années dans la compréhension de l'olfaction. La classification CEnoflair a bénéficié de leur collaboration pour justement diminuer ces différences inter-individuelles.


**Sommes-nous tous égaux devant l'odorat?**

**Notre capacité à sentir est-elle inscrite dans nos gènes?**

En dehors de maladies liées à l'olfaction ou de diminution de sensibilité voire de perte de l'odorat (anosmies), chacun est capable de devenir Nez ou œnologue. C'est principalement une question d'entraînement et de motivation. A première vue, l'inné semble n'avoir que peu d'importance, même si la différence d'avec l'acquis n'est pas toujours facile à situer. Je pense notamment aux odeurs qui nous parviennent déjà dans le ventre de notre mère et à l'environnement olfactif propre à chacun durant les premières étapes de notre vie.

**Comment le dégustateur lambda peut-il utiliser votre livre?**

Idéalement, il faudrait le lire en face d'un verre de vin. En s'arrêtant d'abord sur la classification qui permet



*« Il est quasi impossible de rencontrer sur terre une personne disposant du même nez que soi-même... »*

de trouver plus facilement les odeurs que l'on flaire. Puis ensuite en lisant les pages correspondant aux odeurs sélectionnées. Chaque page aide à cerner l'odeur en question à travers une image caractéristique et quelques anecdotes. Les ressemblances avec les autres odeurs y sont aussi révélées, permettant au dégustateur de comprendre pourquoi son voisin décrit un vin avec d'autres termes que vous-même, alors qu'il veut peut-être dire la même chose.

Pour aller jusqu'au bout du raisonnement, une collection des 152 odeurs du livre *Les parfums du vin\** sous forme de flacons odorants est en cours de création. Disponible en 2015, elle permettra au dégustateur professionnel comme amateur de s'entraîner avec des odeurs de grande qualité.

**Au final,  
vous sentez-vous plutôt œnologue ou  
parfumeur ?**

Je dois beaucoup à la parfumerie, mais mes racines sont vigneronnes. Et je ne pourrai pas me prétendre parfumeur, puisque ce n'est plus mon activité principale. J'y ai travaillé plusieurs années et m'en suis beaucoup inspiré, mais je me sens plus œnologue. •

**Dans le cadre de la Semaine du Goût, vous participez à un événement avec des adolescents de 15 ans. Comment allez-vous les initier à la dégustation et quel bénéfice les jeunes vont-ils en retirer ?**

Tout d'abord, le métier de vigneron et d'œnologue seront présentés, en mettant en avant l'importance des odeurs dans leur pratique. Puis, ces élèves flaireront des odeurs de parfumerie qu'on retrouve dans les vins. Ensuite, des compositions olfactives de plusieurs odeurs leurs seront proposées, afin qu'ils tentent d'en retrouver la composition. A chaque fois, une discussion s'engagera entre tous, afin d'agrémenter l'exercice et de tisser des liens avec le vin. On finira par un échange sur les dangers liés aux boissons alcoolisées.

Le but premier est de leur faire prendre conscience que le vin est un produit complexe. Une consommation modérée permet d'en percevoir tous les éléments importants. Notre secret espoir est qu'une telle approche leur montrera le peu d'intérêt de la consommation excessive des boissons alcoolisées.

**Pour en savoir plus :**

*\*Les parfums du vin, sentir et comprendre le vin.*  
Editons Delachaux et Niestlé, 2013.  
[www.oenoflair.com](http://www.oenoflair.com).



# SWISSWINE

grandes tables  
et vieux millésimes

texte, Alexandre Truffer / photo, DR

**E**n Suisse, comme dans tous les grands vignobles du monde, les cuvées haut de gamme demandent du temps pour atteindre leur apogée. Un fois ce pinacle atteint, elles y restent plusieurs années avant de s'éteindre progressivement. Cette réalité s'oppose à l'opinion trop répandue chez les consommateurs que le vin helvétique doit se boire dans l'année. Si l'action de pionniers comme la Mémoire des Vins Suisses ou Georges Wenger pour la promotion des crus de garde est bien connue, une nouvelle génération de restaurateurs s'engage au quotidien pour faire découvrir les trésors cachés du vignoble suisse.

*« Quand je vois que des clients veulent se faire plaisir, qu'ils prendront le temps de l'apprécier, je sors un vin de la réserve spéciale. »*

#### **Le potentiel des rouges**

Loris Lathion dirige le Mont-Rouge à Haute-Nendaz qui regroupe hôtel, restaurant et brasserie. Son intérêt pour les vins de garde valaisans l'a poussé à créer une carte spéciale baptisée « Archives liquides du Valais » où sont recensées des bouteilles acquises lors du rachat d'une cave privée. « La moitié de ces 250 flacons des millésimes 1995 à 2003 étaient des rouges partis en quelques mois, même avec des prix conséquents » explique le jeune chef. « Ce qui fait vendre ? Le nom du producteur et le cépage ! J'ai une superbe Dôle de huit ans, mais c'est beaucoup plus difficile à écouler qu'une Syrah ou un Cornalin. Idem pour les blancs », poursuit ce passionné qui déclare avoir pu mettre au cru au verre des magnums d'Ermitage 2005. « Une réussite, mais impossible de répéter une telle opération avec six ou huit bouteilles, il faut qu'une grande cave me fournisse un lot homogène d'une cinquantaine de cols au moins. » Revenons aux accords : « un vieil Ermitage ou un vieux Johannisberg sont merveilleux avec le fromage. Pour le reste, on cherche plutôt à éviter les désaccords – avec des aliments trop dominants comme le curry, le piment, les produits fumés ou la truffe – qu'à trouver le mariage parfait » constate Loris Lathion qui regrette un paradoxe : « les blancs valaisans, surtout après dix ans, sont supérieurs aux rouges, plus faciles à trouver et plus réguliers. Il y a moins d'accidents, moins de différences entre les bouteilles. Pourtant les consom-

mateurs demandent des rouges... »

#### **Accorder les vins et l'humeur du jour**


À Yverne, chez Christophe Rod, vieux millésimes signifie surtout vieux Chasselas. « J'ai une carte très axée sur les vins locaux, principalement du Chablais. Pour les autres cépages, quand on s'intéresse aux vins de garde, difficile de constituer un stock. Je fais un essai avec des Syrah du Clos de la George, mais je ne les mets pas à la carte », déclare le chef de la Roseraie qui propose à ses clients une quinzaine de blancs de quelques années.



*Christophe Rod  
chef de la Roseraie  
à Yverne*

« Impossible de trouver des accords mets et vins qui plaisent à tout le monde, car chacun a une perception du goût différente », répond ce professionnel qui a ouvert son restaurant il y a douze ans. « Bien sûr, avec les fromages, les vieux Chasselas offrent un accord idéal, mais je préfère marier les vins à l'humeur du jour. Quand je vois que des clients veulent se faire plaisir avec une bonne bouteille, qu'ils prendront le temps de l'apprécier, je sors un vin de la réserve spéciale », rigole Christophe Rod qui admet que « ces vins demandent un gros travail d'explication.

On parle donc d'une centaine de bouteilles par année. Déjà qu'elles ne sont pas faciles à trouver, on doit savoir les garder pour les offrir lorsque l'atmosphère s'y prête. » En ce concerne le prix, le chef vaudois considère qu'il faut rester raisonnable : « j'ai travaillé dans des grandes maisons. Leurs Chasselas anciens étaient magnifiques mais vendus à des prix exorbitants. Ces vins peuvent procurer autant de plaisir que les grandes cuvées de France ou d'ailleurs, mais ce ne sont pas des Bâtard-Montrachet. Nous devons contribuer à les populariser en les proposant à des prix raisonnables, car à part quelques rares amateurs, les clients ne sont pas habitués au style aromatique des anciens millésimes. Il faut qu'ils y goûtent, qu'ils y regoûtent plusieurs fois, pour qu'ensuite ils commencent à apprécier les nuances des vins suisse de garde. » •



**Céline Huber,**  
future agricultrice bio  
de Wildegg.

## Pour les 20 prochaines années.

Naturaplan, ce sont des produits naturels, authentiques et savoureux; bref, de véritables cadeaux de mère nature... et ça fait plus de 20 ans que ça dure! Pionniers du bio, nous ne comptons pas nous arrêter là et sommes fiers de pouvoir vous proposer à l'avenir également le plus grand choix de produits bio de Suisse. Avec une nouvelle génération d'agriculteurs bio à nos côtés, nous sommes prêts pour les 20 prochaines années! Pour l'amour de la nature. [www.naturaplan.ch](http://www.naturaplan.ch)



**naturaplan**



Pour l'amour de la nature.

**coop**

Pour moi et pour toi.

IL A RÉVOLUTIONNÉ  
LE MONDE DU VIN EN  
ADOPTANT, IL Y A 21  
ANS, UNE BOUTEILLE  
DU MÊME BLEU QUE  
SES YEUX. UN PACKA-  
GING UN BRIN PROVOC  
POUR RECEVOIR LES  
VINS BIO – LABELLISÉS  
LE BOURGEON – D’UN  
DES MEILLEURS  
VIGNERONS DU PAYS.

# Reynald Parmelin

l'homme qui voit le Bio en bleu

texte, France Massy / photo, DR



**R**eynald Parmelin a le vin dans le sang. Il représente la 8<sup>e</sup> génération d'une famille de vignerons.

Lorsqu'il reprend la moitié du domaine familial (la seconde moitié étant reprise par son frère Yvan à Bursins), il décide très rapidement de faire de La Capitaine à Begnins, En Marcins, le premier domaine certifié Bio du canton de Vaud. «A l'époque, l'image des vins bio n'était pas au top. Beaucoup de non-professionnels s'étaient mis à faire du vin de culture biologique par idéal. Moi, je voulais faire des vins bio qui soient bons pour la santé mais aussi excellents au palais. Meilleurs encore que les vins issus de la viticulture traditionnelle!»

Et l'homme a réussi son pari puisqu'on retrouve ses vins en tête de la plupart des concours. Reynald Parmelin a remporté par trois fois la palme du meilleur vin Bio au Grand Prix des vins suisses. «Les raisins produits en bio ont un potentiel de base supérieur car ils grossissent moins et sont donc plus concentrés en arômes et en structure. Ça nous

donne des vins blancs très fruités et des rouges bien charpentés.»

Reynald Parmelin a le bio festif. Il aime faire découvrir ses vins par le biais d'accords gourmands. Dans le cadre de la Semaine du Goût, il organise chaque année une soirée mets&vins dans la salle de réception de son domaine. «Présenter les vins en association avec des mets permet à tout un chacun de les apprécier. De plus, un menu sophistiqué donne l'opportunité de goûter plusieurs vins.»

Mais ce type d'événements n'est pas lié à la seule Semaine du Goût. «Nous en organisons plusieurs au fil des saisons. D'ici la fin de l'année, nous mettrons en lumière la chasse, la truffe ou d'autres produits du terroir.» Dans la mesure du possible, Reynald Parmelin travaille avec un traiteur bio. «Nous privilégions le bio, évidemment, et les produits locaux et de saison.» •

## CES BOURGEON QUI FLEURISSENT



Les Suisses se soucient de leur alimentation et de la qualité des denrées qu'ils consomment. La preuve: le marché bio en Suisse atteint 6,9% des parts de marché, élevant son chiffre d'affaire à plus de deux milliards de francs. Cette année 5'884 producteurs travaillent selon les normes de la Fédération des entreprises agricoles biologiques suisses et la surface de sol bio exploitée est de 129'000 hectares. En comparaison, la superficie du canton de Fribourg est de 167'000 hectares. «Presque un huitième de la surface agricole totale utile est maintenant de qualité bio», se réjouit le directeur de Bio Suisse Daniel Bärtschi. Aujourd'hui, on trouve en qualité Bourgeon (respectant des directives plus sévères que le bio fédéral) des produits frais du verger et du potager, de la viande et du poisson, des céréales, des produits transformés ainsi que du vin. Tous garantissent ainsi aux consommateurs un développement en harmonie avec la nature. Au palmarès des produits bio les plus consommés, les oeufs arrivent en tête, suivi du pain et des légumes. *Sophie Dorsaz*

# Un trésor de saveurs

## à découvrir au Tessin

texte, Alessandro Pesce / photos, DR

Le Tessin est une région privilégiée du point de vue gastronomique, riche en excellents restaurants, confirmant la tradition qui veut que le Tessin soit une région de grands cuisiniers depuis le Moyen Age. Mais il n'y a pas que la grande cuisine. Les grotti et les bistrots servent des plats régionaux qui mettent en valeur les produits du terroir comme les saucissons, les fromages, les vins, les légumes, les farines, les châtaignes, les miels, les viandes, les poissons et l'huile. Pierres précieuses d'un gisement agro-alimentaire qui est depuis deux ans promu et sauvegardé par le projet «Ticino a Tavola» (le Tessin à table).

Dans cette minière tessinoise du goût, brillent des pierres de grande valeur comme les herbes aromatiques, les châtaignes, les miels de châtaignier, de robinier ou d'acacia. Dans le grand potager tessinois poussent de savoureuses tomates de qualité, des aubergines, des courgettes, des concombres, des salades et des fruits, vendus sous le label «Tior». La célèbre mostarda de légumes ou de fruits (existant aussi en version purée), connue depuis plus de 50 ans et réalisée selon de vieilles recettes par l'entreprise Sandro Vanini à Rivera, accompagne à merveille la viande et les fromages. Il faut aussi goûter les produits à base de piments tessinois fabriqués par «Ticino Peppers» ou le désormais célèbre poivre de la région de la vallée Maggia. Dans ce voyage à travers les gourmandises n'oublions pas les petits saucissons, salametti, de porc, de cheval, de cerf ou de sanglier, la viande séchée de bœuf et

de cheval, le lard, la mortadelle de foie et les saucisses, luganiga et luganighetta que l'on mange avec plaisir grillées ou dans un risotto.

Et si le Merlot, vinifié aussi en blanc, est désormais connu dans toute la Suisse grâce au niveau d'excellence qu'il a atteint, que dire des fromages produits à base d'un lait riche en saveurs et arômes particuliers selon les herbes que mangent les vaches? Ce sont des fromages d'alpages, des fromagelles grasses ou demi-grasses, des fromages

laitiers à pâte demi-dure ou grasse, des formaggini, petits fromages produits avec du lait de vache ou de chèvre, plats ou hauts – et alors on les appelle «büscion» –, qui se mangent frais avec de l'huile et du poivre et que l'on peut accompagner d'un verre d'hydromel, le nectar des dieux, produit par APIS. Le Zincarlin est aussi un fromage frais auquel on a ajouté du sel et du poivre moulu; le «Zincarlin della Val da Mücc» a une saveur plus intense, il est travaillé avec du vin blanc et affiné pendant plus de deux mois selon une vieille tradition.

Dans la vallée Leventina on trouve des produits de niche. Au pied du Saint Gothard le gourmet se doit de faire une halte obligée à la fromagerie «Agroval» d'Airolo où l'on fabrique des yaourts de montagne. A l'accueil: Ari Lombardi. Il dirige avec passion et compétence cette fromagerie artisanale familiale qui produit la formagella «La vera nostrana», le «Canaria», «l'Airolo Valle», le «San Gottardo», le «Leventina» et le «Fieudo» (DOP), affinés dans les

*Les grotti et les bistrots  
servent des plats régionaux  
qui mettent en valeur les  
produits du terroir*



# La nature est dans le pré.



Avec TerraSuisse, vous savourez le meilleur des fermes suisses. Les quelque 10 000 agriculteurs IP-Suisse s'engagent à pratiquer une

agriculture respectueuse de la nature et des animaux. Du bon air, beaucoup de liberté, des étables conformes à leurs besoins et une alimentation proche de la nature assurent le bien-être des animaux.

Une partie de

GÉNÉRATION **M**

## MIGROS

**M** comme Monde durable.

traditionnelles caves d'affinage. «Lo yogurt di montagna che fa muuh» est un yaourt de montagne, né grâce au soutien enthousiaste de Migros Ticino qui le vend avec des étiquettes écrites dans le dialecte d'Airolo. Légèrement acide et crémeux, il a précisément les caractéristiques organiques et d'authenticité que donne le lait de montagne provenant de vaches nourries uniquement avec de l'herbe et du foin de montagne. «Les recettes aux fruits – explique l'ingénieur en agro-alimentaire et microbiologie Aleardo Zaccheo, patron de «bioethica food safety engineering» – ont été créées en tenant compte de la demande actuelle en produits naturels qui ne contiennent pas d'additifs alimentaires inutiles et un dosage en sucre respectueux des nouvelles connaissances nutritives tant au niveau national qu'international». Le yaourt de montagne se décline en 18 parfums parmi lesquels myrtille, châtaigne, fraise, noisette, framboise, par exemple.

En continuant la route «Via delle genti» on trouve une autre fromagerie particulière qui, à côté de son activité productive, a également une fonction didactique. A la fromagerie «Caseificio Dimostrativo del Gottardo» on peut découvrir les secrets de la production et aussi goûter les meilleures spécialités, dans le grand et lumineux restaurant. Parlons un peu plus longuement du «Gottardo Grotta», un fromage d'un beau jaune et au parfum des montagnes. Il a obtenu la médaille d'or dans la catégorie fromages à pâte dure lors de la quinzième édition du «Marché & Concours suisse des produits du terroir» de Delémont-Courtemelon. C'est un fromage à pâte demi-dure fabriqué avec du lait de montagne – les vaches n'étant pas nourries avec du fourrage ensilé – et affiné pendant deux mois dans les caves de la fromagerie, puis dans une grotte naturelle de la région d'Airolo pendant cinq mois.

Mais le Tessin n'est pas que pâturages. La culture des céréales est une culture de niche mais elle offre quelques spécialités qui font la joie des gourmets. Du maïs à polenta on obtient les farines classiques mais aussi la «corvina» qui donne à la polenta cuite une curieuse et agréable couleur violette. Dans la vallée Onsernone on trouve aussi la «Farina Bona», obtenue en moulant finement le maïs torréfié. Redécouvert par Ilario Garbani, ce produit très polyvalent se prête à la préparation de nombreux mets qui vont des pâtes aux glaces.

Et puis il y a une véritable curiosité: le riz. Le Tessin est la région la plus au Nord de l'Europe où l'on cultive le riz. C'est en 1997 qu'on a semé pour la première fois du riz sur un terrain de 2 hectares appartenant à l'exploitation «Terreni alla Maggia». Cette entreprise fondée en 1930 produit aussi du vin et des farines et élève des animaux de basse-cour sur 130 hectares situés dans les communes d'Ascona, Locarno, Gordola et Avegno. Pour le riz – qui pousse dans des rizières irriguées mais non inondées – on atteint 90 hectares produisant environ 400 tonnes de riz «Loto», un riz excellent pour le risotto. Le secret d'un tel succès réside dans les caractéristiques du terrain situé à 197 mètres d'altitude, le point le plus bas de toute la Suisse.

Avec le riz on cuisine un des plats les plus typiques du Tessin: «risotto et luganighetta». Parlons maintenant de saucisses très particulières. L'entreprise de charcuterie «Salumificio del Castello», a présenté à l'occasion de l'European Cooperation Day, des produits contenant des truffes du Mont Generoso. En effet, au sud des Alpes a été fondée l'«Associazione Svizzera Italiana del tartufo», membre de la Fédération Suisse de la truffe, parce que divers types de truffes poussent naturellement dans les zones karstiques du Mont Generoso et du Mont San Giorgio, et peuvent être récoltées durant toute l'année. Parmi les truffes de ces régions insubriennes on trouve surtout, de juin à septembre, le *Tuber aestivum* connu sous le nom de truffe de Bourgogne, alors que de septembre à janvier, les caveurs avec leurs chiens spécialement entraînés trouvent le *Tuber uncinatum* et de décembre à mars, le *Tuber mesentericum*. Le «Salumificio del Castello», en collaboration avec l'ingénieur Aleardo Zaccheo, a mis au point des recettes préparées avec les truffes locales, la luganighetta à la truffe noire du Generoso que l'on peut manger crue ou cuite et un petit saucisson, le salametto de la région de Mendriso, aussi à la truffe noire du Generoso. ●

Pour découvrir tous les secrets des produits tessinois, consultez le site :  
[www.ticinoatavola.ch](http://www.ticinoatavola.ch)  
vous y trouverez beaucoup d'autres informations et recettes.

DU  
18 MAI 2014  
AU 30 AVRIL  
2015



# DETOX

**CROYANCES  
AUTOUR DE LA  
NUTRITION**

Ernährung - woran glauben?  
Nutrition - what do you believe?

**ALIMENTARIUM**

Musée de l'alimentation Food Museum Museum der Ernährung

Mardi-vendredi 10h-17h, samedi-dimanche 10h-18h  
Quai Perdonnet 25, 1800 Vevey - T +41 (0)21 924 41 11

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



Nestlé



# Vertes et magiques

texte, France Massy

illustrations, Dora Formica

**H**erbes magiques, herbes à sorcières ou herbes à curés, les herbes aromatiques et médicinales sont utilisées depuis la nuit des temps pour guérir le corps et l'âme. Au Moyen-Âge, on donnait à ces herbes complexes le nom de «Simples» ou «Simples médecines (simplicis medicinae ou simplicis herbae).

Véritable trousse à pharmacie naturelle, le carré des «Simples» médiéval permettait de soulager les maux les plus courants. Le fameux plan de l'Abbaye de Saint-Gall, le jardin médicinal (herbularius) recèle seize plantes: menthe et menthe coq, barbarée, sauge, lis, rose, iris, pouliot, cumin, fenouil, rue, fenugrec, sarriette, romarin, livèche, mongette.

A chaque maladie sa plante! Si certaines sont très spécifiques, d'autres, telle la sauge, réunissent mille vertus. Ne dit-on pas «Qui a sauge en son jardin, n'a pas besoin de médecin»?

Mieux encore: une crème brûlée parfumée à l'aspérule odorante ne se contente pas de vous procurer

un plaisir gustatif. Cette jolie plante aux feuilles en corolle et aux petites fleurs blanches vous assure protection, victoire et gains matériels. En Suisse allemande et au Tyrol, les lutteurs portaient un bracelet de rhizome d'aspérule autour de la cheville droite pour s'assurer de remporter le combat.

La racine de la benoîte urbaine éloigne bêtes sauvages et serpents mais attire le sexe opposé. Les graines de carottes sauvages aident les femmes à concevoir et une cure de jus de ces carottes pendant la grossesse fortifie l'enfant pour autant qu'il ne soit pas rouquin, car il pourrait plus tard développer de mauvais instincts.

Le cumin, lui, apporterait protection et fidélité conjugale. La camomille, chance et affection. Le millepertuis guérit la dépression et chasse le diable. L'origan protège contre les envoûtements, clarifie l'esprit mais emballe le coeur, il agit comme un filtre d'amour... Magique, on vous l'avait dit!

Si vous voulez en savoir plus, filez à l'Alimentarium de Vevey.

L'exposition Détox vous dira tout des effets de l'alimentation sur l'homme, des croyances ancestrales aux hypothèses plus ou moins scientifiques.

**Le jeudi 25 septembre**, Carlo Crisci, Parrain de la Semaine du Goût, initie les visiteurs aux vertus gustatives des herbes sauvages lors d'une démonstration-dégustation d'un délicieux consommé.

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

# Herbier



Achillea millefolium



Taraxacum dens Leonis



daucus carota



berberis vulgaris



Asperula odorata



jeum urbanum



Matricaria discoidea



Origanum vulgare



Papaver rhoeas



Hypericum perforatum



Polygonum bistorta



Cuminum

# HOUSE OF SWITZERLAND



#ab...no lemonta...re



zera!

11.05.  
del Cannone  
Castello Sforzesco



GIRO DEL GUSTO 2014



PAESE SVIZZERO  
EX...NO 2015

pa...

# Opération séduction

## en Italie

texte, Sophie Dorsaz / photo, DR

**En préambule à l'Expo 2015 de Milan « Nourrir la planète, énergie pour la vie », Présence Suisse (DFAE) organise cette année un Giro del Gusto (tour du goût) dans trois villes du nord de l'Italie; Milan, Rome et Turin. La « Swiss Mobile House » inaugurée aux Jeux de Sochi fait escale à Milan. L'occasion pour les Italiens de découvrir une Suisse à déguster et à croquer. Rencontre avec Nicolas Bideau, directeur de Présence Suisse, lors de la première étape du Tour à Milan, sur le site du Castello Sforzesco.**

**Nicolas Bideau, quel est le but de ce Giro del Gusto? On sait les Suisses ponctuels, mais là, vous avez un an d'avance sur l'Exposition universelle.**

L'année prochaine, l'exposition réunira 144 pays. Aussi bon que soit notre pavillon, nous risquons d'être un peu noyés dans cette masse. Nous avons donc voulu nous profiler avant, en nous calquant sur la dynamique des Italiens, qui font depuis trois ans déjà des Expo Days au centre ville. Ensuite, la communication aujourd'hui ne doit pas seulement être virtuelle mais aussi physique. Le but avec la Swiss Mobile House était de créer un lien émotionnel entre les Milanais et la Suisse. Le Giro del Gusto, c'est un laboratoire pour notre stratégie de reconquête de notre image.

**Une étude de Présence Suisse de 2011 révèle que les Italiens ont une image réductrice, parfois négative, de la Suisse. En jouant la carte de la gastronomie, n'est-ce pas les prendre par les sentiments?**

C'est vrai que les Italiens nous connaissent peu et nous considèrent parfois comme froids, rationnels et pas vraiment marrants. L'acceptation de l'initiative contre l'immigration de masse n'ayant pas aidé, nous avons œuvré à montrer une Suisse accueillante à Milan. La gastronomie est un thème rassembleur certes, mais à condition de mettre en scène les produits. Cela ne suffit pas de faire un grand marché de Sbrinz et de saucisson vaudois,

il faut apporter une plus-value. La passion des Italiens pour la nourriture ne se résume pas au temps qu'ils passent à table. Ils accordent une grande importance à la fabrication du produit et à sa région. Nous avons donc voulu raconter une histoire autour de nos spécialités pour qu'elles vivent longtemps dans la tête des visiteurs. Et pour cela, la Suisse Mobile House présente les deux facettes de la gastronomie suisse, la tradition et la modernité. L'exposition photographique de Marco D'Anna mêle par exemple des images de produits du terroir et des clichés très esthétiques d'usines industrielles. Les visiteurs ne sont pas naïfs, cela ne sert à rien de leur faire croire que tous nos produits viennent directement du petit producteur sur l'alpage. Nous devons aussi présenter la Suisse et son industrie de pointe.

**Durant ces douze jours à Milan, vous avez organisé des « foods battle » entre des aliments suisses et italiens; c'est un peu de la provocation?**

Oui, c'est un peu provocant mais toujours dans le but de susciter des émotions et des échanges. Et d'ailleurs ça a bien marché! Deux acteurs se retrouvaient sur scène pour défendre tour à tour le Sbrinz contre le Parmigiano ou la viande séchée des Grisons contre la Bressaola. En s'affrontant, chacun d'entre eux dévoilait des secrets de fabrication et un peu d'histoire. Mais nous savons bien que nous n'avons rien à apprendre aux Italiens sur les produits

# LA TOMATE

## DANS TOUS SES ÉTATS!

DSR participe à la Semaine du Goût 2014 et proposera chaque jour à ses convives une entrée, un plat ou un dessert concoctés à base de tomates.

De plus, un livret de recettes spécialement élaborées à partir ce fruit leur sera offert.

Par avance bon appétit!

« ...nous invitons à la réflexion sur le besoin  
de répartition équitable,... »

du terroir et les AOP. Sur ce point, ils sont bien plus avancés que nous et nous devons trouver des formes de communication originales.

**Au terme de l'événement,  
quels sont les retours de votre présence  
à Milan ?**

Notre Suisse Mobile House a été vue par 180'000 personnes. 60'000 ont activement participé à nos activités de visite, de dégustation ou d'information. Tout au long de l'événement, nous avons fait des sondages. Il en ressort que 25 % des visiteurs repartent en ayant appris quelque chose de nouveau sur le pays et en ont une meilleure image. C'est un résultat rare et difficile à obtenir lors d'opérations de marketing ou de publicité classiques, durant lesquelles on génère normalement des bons moments mais qui à 95 % ne laissent pas de traces.

**Qu'allez-vous améliorer pour  
le pavillon suisse de l'Exposition 2015 ?**

Au-delà de la présentation de la nourriture, il y a le moment du repas qui est crucial. En 2015, 144 pays se retrouveront à table ensemble et c'est un symbole fort. Pour encourager le dialogue et la convivialité, nous allons offrir plus d'espaces de rencontre et de mise en scène.

**En dehors de la vitrine médiatique qu'offre  
une exposition universelle, pensez-vous que  
l'événement puisse engendrer des avancées  
concrètes sur le thème**

**« Nourrir la planète, énergie pour la vie » ?**

Jusqu'à présent, les expositions universelles précédentes que j'ai visitées sur les thèmes de l'aménagement des villes ou sur le futur des océans par exemple ne m'ont pas donné l'impression de grandes avancées dans ces domaines. Avec l'alimentation, l'Expo 2015 risque d'être différente. J'ai le sentiment que depuis quelques années, nous avons vécu un changement de paradigme. Les gens sont de plus en plus sensibles à la nourriture saine et à l'environnement. C'est le bon thème, au bon moment et au bon endroit, car les Italiens sont très rigoureux dans ce domaine !

**Et comment le pavillon suisse  
communiquera sur  
le thème de l'alimentation ?**

Le centre de notre pavillon sera constitué de quatre tours remplies de spécialités suisses. Au fur et à mesure que les visiteurs consommeront ces produits, les tours se videront et les plateformes sur lesquelles elles reposent commenceront à s'abaisser. La diminution progressive des aliments sera enregistrée et relayée sur les médias sociaux en temps réel. En ce sens, nous invitons à la réflexion sur le besoin de répartition équitable, sur les comportements de consommation et la responsabilité individuelle.

**Et vous,  
quel est votre produit préféré suisse  
et italien ?**

Mon péché mignon suisse, c'est le Sbrinz. J'adore son goût avec sa touche de sel. D'ailleurs, pour la petite histoire, ce sont les Italiens qui ont contribué à sa notoriété. Ils l'ont appelé Sbrinz pour dire « qui vient de Brienz ». Côté italien, c'est la Pancetta du Val d'Aoste que je préfère. Ce lard d'une blancheur immaculée, c'est terriblement bon. •

**LES DATES DU**

**GIRO DEL GUSTO**

**Milan :** du 30 avril au 11 mai 2014

**Rome :** du 22 au 26 septembre 2014

**Turin :** du 23 au 27 octobre 2014

**L'EXPOSITION UNIVERSELLE**

**Expo Milano 2015**

« Nourrir la planète : énergie pour la vie »

du 1<sup>er</sup> mai au 31 octobre 2015



# Jardins alpins

*La force des Alpes pour le corps et pour l'esprit*

texte, Paul Imhof / photos, DR

**D**epuis l'Antiquité et le Moyen Âge déjà, nous cultivons des herbes dans nos jardins. Celles-ci obtiennent un meilleur goût lorsqu'elles poussent sur les hauteurs alpines où les conditions de vie sont différentes. Il y a plus d'un siècle, un jardin classique, d'herbes aromatiques et de fleurs destiné aux clients et à leur bien-être physique et psychologique fut implanté à l'hôtel Schatzalp, au-dessus de Davos.

En plaine, les fruits et légumes mûrissent ; dans les vignobles, les vendanges battent leur plein. Les premières cuves de moût se mettent à fermenter. Et dans les Alpes, l'hiver frappe à la porte. « Jardiner en montagne à près de 2000 m d'altitude est une toute autre affaire que de jardiner en plaine », confirme Klaus Oetjen, le jardinier en chef au jardin d'herbes aromatiques « Alpinum » à la Schatzalp. « Non seulement la saison est beaucoup plus courte, mais elle peut encore être interrompue par l'arrivée de la neige. » Comme en 2011, lorsqu'il neigea au-dessus de Davos durant toute la nuit du 18 septembre. Un demi-mètre de neige mouillée et lourde cassa des branches et déracina des arbres. « Nos mégaphorbiées furent écrasés par le poids de la neige et certains cédèrent », commente M. Oetjen.

« Certaines espèces se relèvent rapidement, d'autres doivent être recoupées », ajoute-t-il. D'autres variétés encore se préparent pour hiverner. Toutefois, la saison n'est pas encore toute à fait finie. En effet, le temps des gentianes de Chine d'automne commence en octobre, selon M. Oetjen.

Pour Sven Friedland, chef de cuisine du fameux Hôtel Schatzalp – un hôtel Swiss Historic –, le temps est venu d'optimiser la réserve d'herbes aromatiques pour la saison froide. Il sèche de la ciboulette, de l'aneth et d'autres herbes du même type, alors que les herbes aromatiques plus robustes comme le ro-

marin et le thym sont congelées. Ainsi, l'hôtel est en mesure de faire déguster à ses clients des herbes de son propre jardin, même en hiver.

Sven Friedland peut puiser dans des stocks recelant entre 40 et 50 types d'herbes aromatiques. Tant que la saison le permet, la cuisine de l'hôtel propose un menu à base d'herbes aromatiques tous les mercredis.

Ainsi, on trouve sur la carte une salade d'herbes des champs au cresson de fontaine, feuilles d'achillée, oseille, feuilles de pissenlit et fleurs de souci, parfumée d'une sauce au miel de bourgeons de sapin et citron ; ou encore une petite soupe d'orties à la crème avec son émincé de truite au romarin, en plat principal une selle d'agneau assaisonnée sur un lit de courgettes et de tomates accompagnée des pommes de terre rissolées aux herbes sauvages ou des ravioles complètes farcies à l'ail des ours, aux épinards et aux fines herbes ; les fromages n'échappent pas aux fines herbes de la région, parmi les desserts : un parfait aux pissenlits avec une petite tourte à la rhubarbe et au basilic.

La cuisine varie les plaisirs au gré de ce qui pousse dans le jardin. Lorsque cela est possible, la carte propose également un parfait aux Edelweiss. Pour Sven Friedland, l'abondance des différentes herbes n'est pas le seul avantage que l'on trouve à cultiver des plantes à 2000 mètres d'altitude. En effet, l'intensité aromatique des plantes est également très intéressante. « Ici, le goût est plus intense », affirme le chef. D'après lui, « le seul effet du romarin et du thym sur la sauce en témoigne ».

La vie à cette altitude, en plus de dépendre des particularités du sol et de l'ensoleillement, est principalement influencée par les températures estivales et non par le froid hivernal. En effet, l'été est beaucoup plus frais à cette altitude que dans les régions plus



*Plus de 30'000 espèces  
d'animaux et 13'000  
sortes de plantes  
peuplent les Alpes.*

basses, ce qui force les plantes à s'adapter. « Les plantes alpines contiennent un nombre particulièrement élevé de valeurs nutritionnelles », peut-on lire dans le manuel « Im Gebirge » écrit par la biologiste Sabine Joss ([www.naturleben.net](http://www.naturleben.net)). « Elles n'investissent pas toute leur énergie dans la croissance verticale et produisent ainsi plus de substances végétales secondaires ». Les substances telles que les huiles essentielles, les substances aromatiques et amères, qui plaisent toutes au palais, favorisent l'appétit et préservent la santé. En plaine également, les plantes sauvages contiennent plus de vitamines et de minéraux que les plantes de culture.

D'après Sabine Joss, « les conditions climatiques changent plus souvent, de manière plus abrupte et plus extrême dans les Alpes qu'en plaine. Aussi, les températures sont généralement plus basses, l'humidité de l'air plus faible, les vents plus forts, le temps de végétation plus court et les conditions du sol moins favorables. » Malgré la météo capricieuse, plus de 30'000 espèces d'animaux et plus 13'000 sortes de plantes peuplent la chaîne des Alpes et en font une des régions dont la faune et la flore font partie des plus riches d'Europe. De nombreuses espèces n'existent nul part ailleurs, alors que d'autres ont fait le tour du monde : l'edelweiss, par exemple, provient d'Asie. La gentiane, les rhododendrons et les asters ont eux aussi entrepris de longs voyages depuis les steppes d'Asie centrale avant de rejoindre les Alpes.

Vu sous cet angle, le nombre de sortes de plantes alpines étonne bien souvent et il est logique que déjà il y a 200 ans, les naturalistes et les scientifiques aient commencé à s'intéresser de plus près à la botanique alpine. Anton Kerner de Marilaun fonda le premier jardin alpin en 1875 à Marilaun dans les Alpes de Stubai au Tirol. Celui-ci fut toutefois abandonné avant même le tournant du siècle. Le botaniste Carl Schröter et l'agrobiologiste Freidrich Gottfried Stebler fondèrent en 1884 un champ d'expérimentation au-dessus de Trimmis. Leur jardin fut replanté sur l'alpage de Maran, près d'Arosa, en 1932. Enfin, un jardin alpin fut inauguré aux Rochers-de-Naye au-dessus du lac Léman en 1896 (voir encadré).

En plus de la simple soif de savoir, la possibilité d'attirer des clients fut une source de motivation supplémentaire qui mena à l'installation de ce type de jardin. L'exemple le plus parlant est le jardin alpin de la Schatzalp, qui fut installé en 1907 afin de permettre aux patients souffrant de tuberculose, peu mobiles, de profiter de la beauté du paysage montagneux. Avec le recul progressif des sanatoriums au cours des années 50, la Schatzalp perdit en importance à son tour. Le sanatorium fut transformé en hôtel et le jardin alpin, oublié. Il fut toutefois rouvert et agrandi entre 1968 et 1972. En effet, le Guggerbachtal proposait des conditions propices pour rassembler de nombreux décors différents en un même lieu : des types de forêts, des champs, des parties rocheuses et des marais de source. Aujourd'hui, l'alpinum s'étend sur 5 hectares et regroupe, en plus d'habitats naturels classiques, des collections de plantes plus spéciales telles que des edelweiss, des gentianes et des campanules. • [www.schatzalp.ch](http://www.schatzalp.ch) / [www.alpinum.ch](http://www.alpinum.ch)

## De l'alpinum\* urbain au terrain expérimental alpin

Quatre autres exemples de jardins alpins en Suisse

### LE JARDIN ALPIN SCHYNIGE PLATTE



Montez à bord du train à crémaillère pour rejoindre en toute tranquillité les portes d'un jardin alpin parmi les plus anciens de Suisse : sur un parcours d'un bon kilomètre de longueur et d'un dénivelé de 40 mètres, vous pourrez découvrir plus de 600 plantes provenant des Alpes suisses dans leur espace naturel.

Ainsi, les plantes poussent dans un milieu identique à leur environnement sauvage. Trois populations végétales qui peuplaient le lieu avant même l'inauguration du jardin recouvrent la majeure partie de l'alpinum. Il s'agit de pelouse calcaire sèche à seslerie (variété de graminée), de pelouse calcaire sèche ainsi que de pâturages subalpins et alpins. Le jardin alpin Schynige Platte se situe au-dessus d'Interlaken à 2000 mètres d'altitude, face à l'Eiger, au Mönch et à la Jungfrau.

Le jardin fut implanté sur des pâturages alpins en 1928 et ouvre ses portes de juin à octobre.

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

### ALPINUM LE JARDIN BOTANIQUE DE L'UNIVERSITÉ DE ZURICH



L'« Alpinum » de l'institut botanique de l'Université de Zurich ne vous offrira pas un paysage alpin immaculé. En revanche, il vous séduira par sa proximité urbaine et ses nombreuses facettes. En effet, les visiteurs peuvent partir à la découverte des lieux sans devoir emprunter de chemins escarpés ou escalader

de rochers périlleux. En plus des plantes alpines indigènes, l'endroit présente des espèces provenant d'autres chaînes de montagnes européennes comme les Pyrénées, les Carpates ou encore le Caucase. Des plantes de montagnes asiatiques et américaines s'y trouvent également. Le but est de mettre en évidence l'origine commune de la flore montagnarde et forestière de l'hémisphère nord. Ainsi, l'Asie et l'Amérique ne faisaient qu'un lorsque les plus importants groupes de plantes à fleur firent leur apparition il y a 50 à 100 millions d'années de cela.

Ouvert toute l'année.

[www.bg.uzh.ch](http://www.bg.uzh.ch) (Unser Garten/Alpinum)

### LA RAMBERTIA ROCHERS-DE-NAYE



Un des jardins alpins les plus élevés et les plus vieux d'Europe est situé à 2000 mètres d'altitude entre deux éperons rocheux au-dessus de Rochers-de-Naye. Inauguré en 1896, le jardin alpin est dédié à Eugène Rambert (1830-1886), enseignant, naturaliste et poète vaudois, qui publia un ouvrage en six volumes au

sujet des Alpes suisses. Aujourd'hui, plus de 600 variétés de plantes locales y poussent ainsi que des plantes du monde entier, parmi lesquelles des types d'Edelweiss de Chine, du Japon, de l'Himalaya, de Sibérie et de Suisse. En tout, « La Rambertia » compte plus de 1000 types de plantes. A cette altitude, la culture d'une telle diversité de plantes est un exercice particulièrement difficile. En effet, le thermomètre peut afficher jusqu'à -30 °C durant l'hiver. « La Rambertia » est ouverte de mi-juin à mi-septembre et l'entrée est comprise dans le billet du train à crémaillère Montreux – Rochers-de-Naye.

[www.montreuxriviera.com](http://www.montreuxriviera.com)

### JARDIN ALPIN MARAN AROSA



En-dessus d'Arosa à une altitude de 1850 mètres, le visiteur peut découvrir un jardin particulier proposant une combinaison de cultures alpines et internationales, telle une collection de pommes de terre. Cette collection de types de pommes de terre actuelles et historiques (de Pro Specie Rara) fait

partie de la banque nationale de gènes suisse. Elle est conservée par la station de recherche Agroscope Reckenholz-Tänikon. Plus de 10'000 types de pommes de terre sont répertoriées dans le monde entier. Les 130 sortes qu'offre l'alpage de Maran ne donnent ainsi pas l'impression de peser bien lourd dans la balance. Force est de constater que l'atout majeur de la collection ne réside pas dans la quantité de sortes, mais bien dans leur qualité. En effet, à cette altitude les pommes de terre poussent sans être inquiétées par des maladies telles que le mildiou et d'autres virus encore. Le jardin alpin, avec plus de 450 plantes différentes, se trouve à côté de la station de recherche pour les pommes de terre. Le jardin ouvre ses portes tout au long de l'année, bien que la période idéale pour une visite se situe entre juin et septembre.


[www.arosa.ch](http://www.arosa.ch) (Mot clé : Maran)

\* Jardin botanique alpin spécialisé dans la collection et la culture d'espèces végétales poussant naturellement à de hautes altitudes à travers le monde

# La boisson désaltérante naturelle, toute fraîche du robinet

illustration, Dora Fomrica





## Les avantages de l'eau sur les boissons sucrées

- Moins de caries dentaires
- Pas de calories
- Évite de prendre l'habitude du goût sucré
- Couverture optimale des besoins en liquide du corps


Plus d'informations sur [www.chateaulapompe.ch](http://www.chateaulapompe.ch)

## Apports en eau recommandés\*

Enfants de 1 an:	6 dl par jour
Enfants de 2 à 3 ans:	7 dl par jour
Enfants de 4 à 6 ans:	8 dl par jour
Enfants de 7 à 9 ans:	9 dl par jour
Enfants de 10 à 12 ans:	1 l par jour
Dès 12 ans:	1-2 l par jour

\*recommandations de la  
Société suisse de nutrition.



**Quoi que l'avenir vous réserve, nous avons la solution de prévoyance qu'il vous faut.** *La Mobilière*   
*Quoi qu'il arrive*

CHAMBRE DE COMMERCE SUISSE POUR LA BELGIQUE ET LE GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG

Créée en 1898, la Chambre de Commerce Suisse pour la Belgique et le Grand-Duché de Luxembourg a son siège à Bruxelles. Elle est une plateforme de rencontres entre les milieux belges, européens, luxembourgeois et suisses aussi bien dans les domaines économiques, politiques que culturels.

Son Conseil d'administration réunit les représentants des principales entreprises et associations helvétiques présentes en Belgique et au Grand-Duché de Luxembourg. Devenir membre, permet un accès facile à ces différents milieux.



Les activités de la Chambre de Commerce consistent essentiellement en des lunchs et des dîner-conférences. Un cocktail d'été regroupant un nombre important de personnes est organisé chaque année au mois de juin. Les membres reçoivent le Swissnews, revue trimestrielle relatant les diverses activités de la Chambre de Commerce et traitant des sujets proches des centres d'intérêts des membres. La Chambre de Commerce Suisse pour la Belgique et le Grand-Duché de Luxembourg ne reçoit aucune subvention publique. Elle vit des cotisations et des dons de ses membres.

REJOIGNEZ-NOUS

Je, soussigné demande à être admis à la Chambre de Commerce Suisse pour la Belgique et le Grand-Duché de Luxembourg en qualité de

- Personne physique membre (cotisation annuelle de 100 €)
- Personne physique membre protecteur (cotisation annuelle de 250 €)
- Société membre (cotisation annuelle de 250 €)
- Société membre protecteur (cotisation annuelle de 1500 euros)

Et m'engage à verser la somme correspondant à ma cotisation annuelle sur le compte n° 435-2251751-73 (IBAN BE27 4352 2517 5173 BIC KREDBEBB) ouvert auprès de la KBC Banque Bruxelles Congrès.

À renvoyer par fax au +32 (0)2 649 80 19 ou par courrier - Au 24 Square des Nations - 1000 Bruxelles

Nom & prénom ou raison sociale et personne de contact : .....

Adresse : .....

Tél. : ..... Téléfax : .....

E-mail : .....

Profession et branche principale d'activité : .....

Date : ..... Signature : .....



**A**ccessible à tous, notre fameux «Château-La-Pompe» est bien moins cher que toutes les autres boissons. Sans calories, il nous aide à maintenir un poids corporel idéal. Un aliment-clé quand on sait que 20% des écoliers sont en surpoids et qu'un adulte sur deux a des kilos à perdre. Une étude de Promotion Santé Suisse, publiée en septembre 2013, a démontré que les boissons sucrées participent à la prise de poids. **Sophie Bucher Della Torre**, adjointe scientifique à la Filière Nutrition et diététique à la Haute école de santé Genève, répond à nos questions.

Propos recueillis par Manuella Magnin

### **Vous avez participé à l'étude de Promotion Santé Suisse sur les boissons sucrées et le poids corporel chez les enfants et adolescents.**

#### **Qu'entend-on au juste par boissons sucrées et quels effets ont-elles sur nos enfants ?**

Il n'existe pas de définition officielle des boissons sucrées. On considère que toute boisson dans laquelle on ajoute du sucre, de même que les jus de fruits, en font partie. Jusqu'à il y a peu, on affirmait de façon instinctive que ces boissons ont une influence sur le poids corporel. Une revue systématique de la littérature scientifique a permis de le confirmer. Bien qu'il soit difficile d'en isoler l'impact précis, un essai clinique réalisé aux Etats-Unis a par exemple démontré que des enfants de 4 à 12 ans ayant bu 250 ml de sodas sucrés tous les jours durant 18 mois présentaient en moyenne 500 gr de graisse corporelle en plus que ceux qui avaient ingéré la même quantité de sodas édulcorés pendant la même période. Hormis l'effet sur le poids, ces boissons sont connues pour contribuer au développement de caries.

#### **Faut-il privilégier les boissons light pour lutter contre les surpoids ?**

On sait que chez l'adulte le fait de consommer une boisson édulcorée à la place d'une boisson sucrée permettra d'ingérer moins de calories. Cependant, nous ne sommes pas encore très au clair sur ce qui se passe au niveau de l'organisme, comment il gère l'information des substituts de sucre. Il semblerait que cela puisse avoir des effets contre-productifs au niveau de la régulation de l'apport énergétique. De plus, nous avons très peu de données relatives aux enfants. Les boissons sucrées exposent au goût sucré et en augmentent l'attrait. Ce qui est certain, c'est que le pH acide des boissons édulcorées n'est pas bon pour la santé bucco-dentaire.

#### **L'eau serait donc la plus saine des boissons.**

##### **Quels en sont les bienfaits ?**

Physiologiquement, on doit consommer de l'eau

pour compenser les pertes de l'organisme. L'eau est vitale pour transporter les nutriments jusqu'aux cellules. Elle nous aide aussi à éliminer les déchets et nous apporte des minéraux.

#### **Peut-on faire confiance à l'eau du robinet ?**

##### **Est-elle assez propre pour être bue ?**

Les nombreuses réglementations en vigueur nous assurent que l'eau du robinet est saine. Sa teneur en germes et micropolluants est régulièrement mesurée. Selon les régions, l'eau du robinet peut être plus ou moins minéralisée.

Boire une eau minérale riche en minéraux peut être recommandé par exemple pour des personnes qui ne consomment pas de produits laitiers et veulent s'assurer d'un bon apport en calcium.

#### **Combien d'eau devrions-nous boire ?**

La Société suisse de nutrition émet des recommandations sur les quantités d'eau à boire en fonction de l'âge (ndlr : voir encadré). Ces recommandations sont basées sur des études d'observation des personnes en bonne santé. On parle habituellement de 1-2 litres par jour dès 12 ans.

#### **Les politiques devraient-ils envisager des mesures pour réduire la consommation de boissons sucrées comme l'introduction de taxes dissuasives ?**

Les taxes ne sont pas populaires. Elles pourraient toutefois avoir un impact positif en dissuadant ou en limitant l'achat de boissons sucrées. Il faudrait bien les expliquer à la population et proposer en contrepartie de subventionner les achats de fruits et légumes par exemple. •

*L'étude de Promotion Santé Suisse sur les boissons sucrées et le poids corporel chez les enfants et les adolescents peut être téléchargée via le lien suivant : [www.promotionsante.ch/publications](http://www.promotionsante.ch/publications)*

# « fait maison »

un label qu'on mitonne



texte & photos, France Massy

**L**a Fédération Romande des Consommateurs (FRC), Gastrosuisse, Slow Food et la Semaine du Goût travaillent de concert pour élaborer un nouveau label distinguant le restaurateur qui privilégie les plats préparés, élaborés et cuits entièrement dans les cuisines du restaurant. Une démarche déjà entreprise au Tessin, mais que nos initiateurs veulent développer sur le plan national en y intégrant des contrôles et un vrai partenariat entre restaurateurs, gardiens du goût et défenseurs des consommateurs.

Ils se sont mis à table en septembre 2013. Mathieu Fleury pour représenter la FRC, Josef Zisyadis pour

Slow Food et la Semaine du Goût et Gilles Meystre pour Gastrosuisse. Au menu, la mise sur pied d'un label pour distinguer les restaurants qui privilégient le « fait maison ».

Si les associations suisses de consommateurs (ACSI, FRC et SKS) avaient lancé l'idée depuis belle lurette (2006) et s'il semblait évident que des organismes tels que Slow Food et la Semaine du Goût leur emboîtent le pas, la participation de Gastrosuisse est de bon augure pour que ce label voit le jour cette année encore. Pour autant que les demandes de soutien financier envoyées auprès de différentes institutions ce printemps aboutissent.



*Mathieu Fleury*  
pour représenter la FRC



*Gilles Meystre*  
pour Gastrosuisse



*Josef Zisyadis*  
pour Slow Food et la Semaine du Goût

### **Être transparent et valoriser le savoir-faire**

Lasagnes à la viande de cheval, poulet à la dioxine, anti-inflammatoires, bêta-bloquants, hormones ou antibiotiques dans le lait et dans certains pots pour bébés... Les scandales alimentaires ne cessent de défrayer la chronique. Et plus que jamais, le consommateur veut savoir ce qu'il mange. «Les restaurateurs sont conscients de ce besoin de transparence. Les clients réclament de l'authenticité, de la traçabilité et surtout de la vérité. Des valeurs que nous partageons! Le but, ce n'est pas de bannir ou de diaboliser la convenance food, mais d'être 100 % transparent», explique Gilles Meystre. «Cette démarche est purement positive. Nous voulons valoriser ceux qui conservent un savoir-faire. Ce label se construit sur la valorisation et non sur la condamnation», rassure Mathieu Fleury. «En consommation privée, la notion de gamme est poussée à l'extrême, entre le budget et le premium. C'est pareil pour la restauration. Selon les moments de la journée, le client veut se nourrir rapidement ou alors déguster un bon repas. Ce label permettra aux clients de choisir en toute connaissance de cause.»

### **Une démarche volontaire**

La démarche sera volontaire mais les restaurateurs ont une jolie carte à jouer. Ce label sera pour eux un moyen de se distinguer. «Ces 5 dernières années, 25'000 restaurants ont fermés; principalement des bistrot de quartier ou de campagne qui n'ont pas la possibilité de se démarquer. Ce label peut redo-

ner leurs affaires car le client qui sait que tel plat du jour est fait maison sera prêt à en payer le juste prix. La transparence est positive. Il n'y a pas de raison que le spécialiste du micro-onde soit sur le même niveau que celui de la marmite!», s'enflamme Gilles Meystre. Et Mathieu Fleury de répliquer: «Une bonne raison d'aller au resto est de bénéficier d'un savoir-faire que l'on n'a pas. La convenance food nous place à égalité avec le chef, cherchez l'erreur...»

«A terme, on prend le risque que les gens n'aillent plus au bistrot. Cette revalorisation du «fait maison» est en quelque sorte un acte social», argue Josef Zisyadis tout en relevant que «ce nouveau label a un rôle à jouer dans l'offre touristique».

Le restaurateur n'est pourtant pas condamné à tout faire maison pour avoir droit au label. «On peut très bien imaginer une carte avec quelques plats labellisés et d'autres pas. La convenance food est parfois intéressante pour des raisons hygiénistes, logistiques ou économiques. Les desserts maison exigent un pâtissier, or tous les restaurants ne peuvent pas se permettre d'avoir 5000 francs de salaire en plus à sortir chaque mois...»

Et du côté de Slow Food ou de la Semaine du Goût, comment gère-t-on cette tolérance? Un restaurant digne de ce nom ne devrait-il servir uniquement des plats 100 % faits maison? «Pour arriver à un label fiable et respecté, chacun a fait des concessions, le plus important restant le 100 % de transparence et cette démarche est la première qui garantit au

*«fait maison»,  
un label appelé à se  
développer  
et à s'ouvrir aux autres  
métiers de bouche.*

consommateur une réelle transparence. Ceci dit, bien sûr que la Semaine du Goût et Slow Food privilégient les goûts authentiques! Le cuisinier en est le premier acteur, mais il peut aussi devenir le metteur en scène de tous les artisans du goût qui oeuvrent avec lui. En citant l'artisan du goût qui livre le produit fini – par exemple des glaces ou des pâtes –, il répond aux demandes des clients qui sont de plus en plus demandeurs de ce type d'infos. On aime retrouver un vigneron, un boulanger, un maraîcher mentionné sur la carte. Ainsi, un légume qui n'est pas bio va nous séduire parce qu'on sait qu'il vient des environs... Le cuisinier du futur c'est le cuisinier du terroir. Le cuisinier patriote mais pas nationaliste.»

Les restaurateurs paraissent motivés. Gastrosuisse a déjà reçu beaucoup d'appels spontanés de cuisiniers ou de patrons d'établissements soucieux de prendre le train en marche. «La Semaine du Goût a fortement contribué à cette prise de conscience. En Suisse romande, le nombre d'événements inscrits à la Semaine du Goût prouve que le public actuel prend très à coeur cette thématique», relève Gilles Meystre.

Et Josef Zisyadis de répliquer: «A terme, pour participer à la Semaine du Goût, il faudra que l'établissement ait le label "fait maison" ».

### **Des contrôles indispensables**

Sous réserve des financements obtenus, ce projet pilote démarre en Suisse romande, mais les initiateurs comptent bien l'étendre à toute la Suisse, avec comme objectifs d'avoir 1000 établissements labellisés en 2017. 650 en Suisse allemande et 350 répartis entre la Suisse romande et le Tessin, qui représentent 5% des membres Gastrosuisse. Mais pour que le label soit fiable, des contrôles stricts sont indispensables. «Gastrosuisse veut instaurer de véritables contrôles effectués par un organe indépendant», affirme Gilles Meystre. Tandis que pour Mathieu Fleury, «Notre label donnera une visibilité marketing aux établissements labellisés. Ce sera une valeur ajoutée qui n'aura d'impact que si un contrôle sévère existe. La tromperie sera donc condamnée, pour le bien des restaurateurs aussi.» La promotion se fera via une communication importante, une application smartphone et les plateformes des quatre partenaires. «La force du label, c'est le groupement. Les supports actuels de la gastronomie (guides ou magazines spécialisés) ne peuvent qu'adhérer à notre démarche, ce label sera immanquablement intégré dans leurs sélections», souligne Mathieu Fleury. •

### **QUID DU LABEL « FAIT MAISON »**

Les plats, mets, accompagnements et sauces sont considérés comme « faits maison » s'ils remplissent les critères cumulatifs suivants :

- Préparés/élaborés/cuits entièrement dans les cuisines du restaurant ;
- Obtenus à partir de matières premières crues d'origine agricole ou piscicole ;
- Ces matières premières peuvent être fraîches, sèches ou congelées ;
- Ils ne doivent pas avoir été assaisonnés, mais peuvent avoir été parés (lavage et découpage) hors de l'établissement ;
- Ils ont été obtenus en utilisant uniquement les ingrédients traditionnels de cuisine (par ex. farine, huile, beurre, sucre, épices, produits laitiers, saucisses, poissons fumés, conserves en vinaigre ou huile, moutarde, fonds de cuisson, bouillons et liants notamment).

### **Contrôles :**

la démarche proposée est volontaire et se fonde sur la bonne foi des restaurateurs engagés.

Des contrôles inopinés sont menés sous la conduite d'un organisme indépendant renforçant la crédibilité et l'assise du label.

# Nutrition, le défi des mille premiers jours

La DDC s'engage, par le biais de plusieurs projets,  
pour l'accès de tous à une alimentation saine,  
durable et équilibrée.

texte, Véronique Zbinden / photos, DR

**P**rintemps 2008. Le prix des denrées de base s'envole dans de nombreux pays de l'hémisphère sud, provoquant une vague sans précédent d'émeutes. En Indonésie, aux Philippines, au Sénégal, en Côte d'Ivoire, en Egypte, des manifestations tournent à l'affrontement. En Haïti, le prix du riz double en une semaine, provoquant la chute du gouvernement. En 2008, les « émeutes de la faim » ont mis le feu à une trentaine de pays, nécessitant une aide d'urgence. De quoi susciter une vive émotion internationale et de vraies craintes sur le lendemain de ces mouvements.

En avril 2010, une soixantaine d'organisations actives dans la nutrition se réunissent à Rome : offices des Nations Unies et ONG, Banque Mondiale, MSF (médecin sans frontières), AICF (actions contre la faim). Durant les quinze années précédentes, l'alimentation a été considérée comme un non sujet. La réunion de Rome va marquer un réveil et le début d'une prise de conscience.

2010, c'est aussi l'année de naissance du mouvement SUN. SUN pour Scaling up nutrition. Autrement dit, un changement d'échelle, un renforcement à l'égard de la nutrition. « Il y a soudain la volonté d'em-



brasser l'ensemble de ces problématiques et de leur donner une portée politique», note Florence Lasbennes, coordinatrice du mouvement.

Pour la DDC, qui s'est engagée dans SUN dès l'origine, il s'agit d'un tournant. «Pendant longtemps, la nutrition est restée dans une zone grise, où les ministères de l'agriculture et de la santé se renvoyaient les responsabilités, relève Peter Bieler, responsable des programmes de sécurité alimentaire à la DDC. Pendant longtemps, on a considéré que la sécurité alimentaire globale signifiait un apport calorique suffisant pour tous. Or on sait aujourd'hui que la quantité ne suffit pas, si la qualité et l'équilibre font défaut. On s'expose à des carences, des retards de croissance, mais aussi des problèmes d'obésité».

Autre constat récent, on sait désormais que les mille premiers jours, à compter de la conception, sont déterminants pour l'ensemble d'une vie. Rater cette étape, c'est s'exposer à des séquelles irréparables. Les programmes d'aide internationaux ont souvent misé sur le court terme en tentant de suppléer aux carences en distribuant des suppléments en fer et vitamines. «La DDC privilégie l'équilibre nutritionnel à long terme: apport en qualité et en suffisance de fruits et légumes sains, traçabilité, éducation», relève Peter Bieler.

Les nutritionnistes tirent la sonnette d'alarme: produire plus et nourrir mal ne résout rien. Quelques données accablantes: un enfant sur trois en bas âge souffre d'une forme ou d'une autre de malnutrition, obésité comprise. Plus de 165 millions d'enfants de moins de cinq ans ont un retard de croissance dû à la malnutrition. Deux milliards de personnes souffrent de carences en vitamines et sels minéraux essentiels. 52 millions d'enfants, trop minces, ont besoin d'une prise en charge spéciale, alors que 43 millions d'enfants sont obèses – un problème de plus en plus souvent lié à la pauvreté et à un régime inadapté.

En avril 2010, la situation demeure, mais on pose enfin les questions différemment...

Des études chocs paraissent dans la revue scientifique Lancet. On y lit que la santé, l'alimentation, la qualité de l'eau, l'éducation et le temps que les mères consacrent à leurs enfants sont indissociables; la malnutrition ne saurait être combattue que grâce à une approche multisectorielle. Les mille premiers jours sont déterminants: «si la période

comprise entre la conception et l'âge de deux ans correspond à des carences, le développement cérébral sera moindre, la taille aussi, la santé plus fragile. Les dégâts causés par la malnutrition au cours des mille premiers jours sont irréversibles», note Florence Lasbennes. C'est un défi nouveau pour la communauté internationale.

Le mouvement SUN est lancé. Des plates formes multisectorielles sont mises en place et chaque pays s'engage à suivre une feuille de route, à son rythme, selon sa culture. La DDC est à la fois un acteur politique et un bailleur de fonds: «Son engagement est sans faille, incluant l'aspect nutritionnel, l'organisation dans la société civile et le travail sur le terrain», relève Florence Lasbennes. En 2011, nous tablions sur 15 à 20 pays; aujourd'hui ils sont cinquante. Parmi les signes encourageants, 15 pays observent un taux de réduction de la malnutrition supérieur à 2%.» •





## Des jardins scolaires pour promouvoir la nutrition

**Trois questions à l'un des responsables de ce projet de la DDC, le Dr Guéladio Cissé.**

### **En quoi consiste « Vegetables go to school » ?**

Vegetables go to school (« Les légumes vont à l'école ») est un projet visant à promouvoir la nutrition en créant des potagers dans des écoles. Implanté dans six pays d'Asie et d'Afrique - Népal, Bhoutan, Indonésie et Philippines, Burkina Faso et Tanzanie - il contribue à une consommation équilibrée à travers une diversification agricole. Financé et supervisé par la DDC, il résulte d'un partenariat entre trois institutions : le Centre Mondial des Légumes (World Vegetable Centre) de Taiwan, l'Université de Fribourg, en Allemagne, et l'Institut Tropical et de Santé Publique Suisse (Swiss TPH) de Bâle.

### **Concrètement, où en est le projet ?**

Nous en sommes à la première phase, qui va durer

jusqu'en 2015, qui consiste d'abord à collecter des informations. Dans chaque pays, un dispositif d'écoles pilotes va nous aider à déterminer le mode d'intervention le plus adéquat. La sélection des écoles a été faite, plusieurs jardins ont démarré et les enquêtes sont en cours. Dans chaque pays, trois ministères sont appelés à collaborer : l'éducation, l'agriculture et la santé. Ils interviendront en synergie sur : la production agricole, la nutrition, l'eau, l'hygiène et la santé. A terme, 180 écoles participeront au projet, soit 30 par pays. Les quantités produites varieront selon les surfaces disponibles. Mais le premier objectif est pédagogique. Dans certains cas, les légumes serviront à préparer les menus des cantines scolaires ; ailleurs, ils seront destinés aux marchés et aux ménages.

### **Le projet est-il différent selon le contexte ?**

Chaque pays aura sa propre histoire avec les jardins scolaires, en fonction des conditions climatiques, socio-économiques et des ressources en eau. S'agissant de jardins scolaires, la qualité de l'eau de boisson et de celle utilisée pour préparer les aliments est cruciale. Les conditions d'eau potable, d'assainissement et d'hygiène seront donc essentielles pour que les bienfaits des jardins scolaires soient effectifs.

*\*Le Dr Guéladio Cissé est ingénieur sanitaire et chercheur en épidémiologie de l'environnement au Swiss TPH de Bâle, où il est responsable du projet.*

## S'ENGAGER SUR LA DURÉE

La DDC s'associe à plusieurs ONG pour promouvoir l'agriculture durable, une des clés de la sécurité alimentaire mondiale. La Direction du Développement et de la Coopération (DDC) est l'organe du Département fédéral des Affaires étrangères en charge de la coopération internationale. On la connaît surtout pour ses interventions humanitaires lors de catastrophes naturelles ou de conflits. Pourtant, ses collaborateurs interviennent dans de nombreux autres domaines en Afrique, en Haïti ou en Asie notamment, à

travers des programmes visant à améliorer l'économie rurale et la sécurité alimentaire. Un des mots clés de son action est ici le long terme. C'est ce qu'illustrent entre autres, le programme « Vegetables go to School » et le mouvement SUN (lire ci-dessus).

La DDC milite pour que l'agriculture durable soit inscrite dans des accords contraignants au niveau international, telles la Convention des Nations unies sur la lutte contre la désertification (CLD) et la Convention des Nations Unies sur la diversité

biologique (CDB); il y a lieu de fixer de nouveaux objectifs pour le développement durable qui seraient applicables dans tous les pays du monde à partir de 2015. Concrètement, elle collabore par exemple avec l'ONG suisse Biovision sur un projet visant à promouvoir l'agriculture durable dans plusieurs pays africains. Au Mali, au Kenya et en Ethiopie, trois pays pilotes, elle intervient au plan politique, afin de soutenir une planification agricole durable et adaptée au contexte local. La voie tracée est celle d'une agriculture préservant

les ressources naturelles pour les générations futures, mais aussi rationnelle socialement et économiquement. Elle passe par le partenariat avec les petits paysans, maillon essentiel de la sécurité alimentaire mondiale. Un virage radical par rapport aux actions menées dans les années 1980 et 1990, qui avaient abouti au démantèlement de nombreux services ruraux et à priver les petits exploitants, pour beaucoup des femmes, de soutien et d'accès à la connaissance.



Pays d'Appenzell :  
buvez et  
mangez-en tous !

texte, Rosalie Manser / photos, DR

Petit bout de terre situé en Suisse orientale, le pays d'Appenzell propose une variété de délicatesses culinaires sans égale. Il y a bien évidemment son fromage de renommée mondiale, mais aussi des boissons comme le « Appenzeller Alpenbitter » (liqueur amère aux herbes d'Appenzell), la bière locale « Quöllfrisch » ou la boisson sucrée « Flauder ». Les spécialités de viande comme la « Siedwurst » (saucisse à bouillir) ou le « Appenzeller Mostbröckli » (morceau de bœuf de choix mariné puis légèrement fumé) sont également très réputées. Et n'oublions pas les douceurs comme le « Appenzeller Biberfladen » ou le « Landsgemeindschrempfli ».

**L**es Appenzellois vous proposent de découvrir et déguster leurs nombreuses spécialités par exemple lors d'un E-bike-tour culinaire, dans une fromagerie d'alpage, dans une des nombreuses auberges de montagne ou directement lors d'une visite d'entreprise.

Le pays d'Appenzell s'adresse avant tout aux amoureux du bon goût. La variété des spécialités ne s'arrête pas au célèbre fromage d'Appenzell et à l'« Appenzeller Alpenbitter ». Ainsi, l'« Appenzeller Biber », orné de motifs variés et disponible en différentes tailles, mais gardant toujours les mêmes ingrédients de base, attend d'être découvert. Il s'agit d'un gâteau épicé au miel fourré de pâte d'amande. Une autre pâtisserie typiquement appenzelloise se nomme « Landsgemeindschrem-

pli ». Jadis, après la Landsgemeinde, les hommes rapportaient à leur femme et à leurs enfants un paquet de « Chrempfli ». Ils se composent d'une pâte aux œufs et au sucre fourrée à la noisette. Toutefois, il n'existe pas que des pâtisseries spécialement préparées pour la Landsgemeinde. Il existe également une saucisse qui ne manque jamais au menu typique de la Landsgemeinde: l'« Appenzeller Siedwurst ». Cette saucisse à bouillir, composée essentiellement de viande de bœuf, s'accompagne traditionnellement des macaronis au fromage d'Appenzell ou d'une salade de pommes de terre. Si toutes ces délicatesses culinaires vous ont donné soif, n'hésitez pas à vous rafraîchir avec une bière locale ou à déguster un « Flauder », la boisson sucrée du coin, aromatisée au sureau et à la mélisse, produit par la maison Goba AG.

Vous désirez emporter avec vous un petit bout de pays d'Appenzell ou en offrir une bouchée à un proche ? Des sets-cadeau contenant différentes gourmandises d'Appenzell sont confectionnés avec amour et disponibles sur le site [www.appenzeller-produkte.ch](http://www.appenzeller-produkte.ch).

#### **Pédaler et savourer**

Le pays d'Appenzell peut se déguster de maintes façons. Pourquoi ne pas le découvrir sur un vélo électrique ? Comme le suggère son slogan, le E-bike-tour organisé par Appenzell Tourisme AI (tél: +41 (0)71 788 96 41) se décline en quatre activités : Manger, regarder, rouler, savourer. Pendant votre tour à travers le paysage vallonné d'Appenzell, les gastronomes locaux vous séduiront en vous proposant un menu de 4 plats typiquement appenzellois.



# La qualité est dans ma nature.

**Laissez parler votre bon goût** ...et pour le choix n'en faites surtout pas tout un fromage. Choisissez simplement le meilleur: le fromage suisse. Fabriqué avec respect et passion, selon les prescriptions les plus strictes. Jamais nous ne ferons de compromis.





### **Découvrir le pays d'Appenzell par petites bouchées**

La visite culinaire du village d'Appenzell est idéale pour celles et ceux qui ne veulent pas se limiter à déguster l'offre culturelle d'Appenzell, mais qui désirent également découvrir par petites bouchées sa cuisine. Lors d'une visite guidée du village d'Appenzell, le visiteur est initié à de nombreux secrets du pays et des gens qui l'habitent. Le chef-lieu des Rhodes-Intérieures présente aussi son côté gourmand. En effet, une auberge différente accueille le visiteur pour chaque plat. Appenzellerland Tourisme AI et AR proposent encore de nombreuses sorties de groupe qui combinent la découverte du pays, de ses habitants et de la gastronomie ([www.appenzell.ch](http://www.appenzell.ch) ou [www.appenzellerland.ch](http://www.appenzellerland.ch)). Se régaler tout en faisant un tour en train sont deux activités qui semblent créer une parfaite symbiose en Appenzell. Ainsi, lors d'un voyage culinaire en train entre St-Gall et Appenzell, vous savourez un plat à chaque escale.

### **Découvrir le quotidien des fromagers**

Pour les visiteurs qui préfèrent mettre la main à la pâte, nous recommandons une visite dans une boulangerie appenzelloise. Sous l'œil avisé d'un expert, chacun peut y cuire son propre «Biber». Dans un

authentique mayen du Musée Ethnographique d'Appenzell à Stein, Rhodes-Extérieures, les groupes peuvent produire leur propre «Mutschli», le fameux fromage d'Appenzell. De plus, en juillet, à l'occasion de la journée portes ouvertes de la fromagerie d'alpage, de nombreux fromagers présentent au grand public certains aspects de leur quotidien. De nombreuses petites fromageries, dans lesquelles durant les mois d'été, le riche lait d'alpage est directement transformé en fin fromage d'alpage, se retrouvent à Alpstein. Il est bien évidemment possible de goûter aux produits d'alpage sur place. À la fin de la saison estivale, quand le bétail rejoint la plaine lors de la désalpe, un festival de fromage est organisé à Schwägalp, au pied du Säntis. Les invités ont l'occasion d'y laisser fondre dans la bouche tout ce qui a été produit durant l'été. L'animation musicale est assurée par un groupe de musique local.

### **Savourer à pied**

Les randonnées-plaisir, qui ont lieu dans l'arrière pays d'Appenzell, proposent une virée à travers le pays d'Appenzell et sa cuisine. Lors d'une randonnée accompagnée, vous découvririez deux samedis durant le pays vallonné d'Appenzell. Des découvertes culinaires et culturelles

s'offriront aux marcheurs, chaque arrêt ayant lieu dans une auberge différente. Diverses formations musicales et les artisans locaux se chargeront d'en faire une randonnée inoubliable.  
[www.genusswanderung.ch](http://www.genusswanderung.ch)

### **Le pays d'Appenzell invité sur le Bärenplatz à St-Gall**

Le 20 septembre 2014, de 9 h à 17 h, la virée shopping du samedi pourra être combinée avec une excursion à travers le pays d'Appenzell. En effet, ce jour aura lieu, en vieille ville de Saint-Gall, la journée «St.Galler genusstag». Les produits régionaux de Suisse orientale y seront à l'honneur. Sur le Bärenplatz, Appenzell Rhodes-Intérieures et Appenzell Rhodes-Extérieures présenteront toute leur diversité culinaire et toutes leurs saveurs.

[www.appenzell.ch](http://www.appenzell.ch)  
[www.appenzellerland.ch](http://www.appenzellerland.ch)  
[www.appenzeller-produkte.ch](http://www.appenzeller-produkte.ch)  
[www.genusswanderung.ch](http://www.genusswanderung.ch)  
[www.st.galler-genusstag.ch](http://www.st.galler-genusstag.ch)



# — INVITATION —

Bénéficiez d'une entrée gratuite  
 au Comptoir Suisse 2014  
 en téléchargeant votre billet d'entrée sur  
[www.comptoir.ch/billetterie](http://www.comptoir.ch/billetterie)

- Saisissez votre code privilège:  
**COMPTOIR-GOUT-14**
- Imprimez le ticket au format PDF  
ou téléchargez-le sur votre smartphone
- Accédez directement aux halles du salon,  
sans passer par les caisses!

Valable pour une personne, à faire valoir sur une entrée adulte (valeur: CHF 14.-).  
 Vous pouvez également présenter ce bon directement aux caisses du salon, en  
 transmettant vos coordonnées au personnel.

# Le rendez-vous des fins becs

texte, Manuella Magnin + photo, DR

**D**u 19 au 28 septembre prochain, tous les amateurs de produits du terroir, de bons vins suisses et de cuisine gourmande se pressent à Beaulieu pour découvrir délices et animations. En avant-première, les temps-forts à ne pas manquer.

### Saveurs d'ici et d'ailleurs

Le Comptoir Suisse a toujours fait la part belle à la gastronomie. C'est vrai avec les Magiciens de la terre, véritables artisans de l'agriculture romande rassemblés dans la Halle 14.

C'est également vrai avec les saveurs d'ici et d'ailleurs réunies au cœur de la Halle 9. Une Halle 9 entièrement consacrée aux délices de nos régions et du monde dans une ambiance à la fois campagnarde et montagnarde. Un florilège de chalets en bois et de tables de marché proposent des découvertes gustatives savoureuses aux visiteurs qui pourront les déguster dans un espace de pique-nique spécialement aménagé.

Au cœur de cet écrin convivial, la Cuisine des chefs reçoit chaque jour une personnalité romande du monde de la gastronomie et offre un programme quotidien de dégustations et de démonstrations de cuisiniers de renom.

Après tant de délices, une virée à la Halle 11 permettra au visiteur d'en savoir plus sur le sel en découvrant l'exposition didactique consacrée à cet exhausteur de goût connu depuis la nuit des temps.

### La halle aux vins suisses

Si la culture de la vigne remonte à l'époque romaine en Helvétie, le Comptoir se fait un point d'honneur à mettre en valeur le travail des vignerons de la région qui bichonnent leurs vignes pour notre plus grand bonheur. Une halle complète est consacrée aux vins suisses. Les spécialités issues des différentes régions viticoles sont présentées dans le cadre de la Halle 18.

### Le «Jean-Louis» pour tous

Qui dit vin dit bien souvent concours. Créé en 1941, le concours préféré des Vaudois se nomme Jean-Louis. Après un toilettage bienvenu, il est désormais

accessible à tous, femmes ou hommes, jeunes ou moins jeunes, simples amateurs ou dégustateurs chevronnés.

Les différentes épreuves sont organisées sous la forme d'un concours journalier tout public, et d'un challenge destiné aux amateurs éclairés appelé communément «Concours des millésimes blancs, millésimes rouges, régions et appellations d'origine contrôlées».

Le Concours journalier propose aux participants de replacer 5 verres de chasselas dans leur région de production: Côtes-de-l'Orbe/Bonvillars/Vully, La Côte, Lavaux, Dézaley et Chablais.

Le concurrent qui reconnaît 5 régions reçoit un «Diplôme de bon dégustateur de vin vaudois». Celui ou celle qui reconnaît 3 régions au moins reçoit un «Certificat de bon dégustateur de vin vaudois».

Le Concours des millésimes, destinés aux amateurs éclairés, est accessible uniquement sur inscription. Il comprend trois épreuves: les millésimes rouges, les millésimes blancs, les régions viticoles et appellations d'origine contrôlées.

Le Chapeau Noir est le vainqueur absolu des 3 épreuves. •

### UNE DISCO-SOUBE

La place de l'Europe à Lausanne avait vibré le 10 avril dernier à l'occasion de la première disco-soupe dans la capitale vaudoise dont l'ambition était de lutter contre le gaspillage alimentaire en utilisant des légumes hors calibre et invendables.

On remet ça au Comptoir le 26 septembre dès 15 h. Une armada d'éplucheurs bénévoles est attendue pour confectionner un potage avec des légumes offerts par les maraîchers de la région. Le tout en musique bien évidemment. La soupe est offerte. L'événement est ouvert à tous. Eplucheurs et dégustateurs bienvenus!

# Planète Choc

texte, Patricia Comby / photos, Lindaphoto.ch

PARMI LES TRÉSORS  
DE LA NATURE, LE  
CACAO EXPRIME UNI-  
VERSELLEMENT ET  
MERVEILLEUSEMENT  
LE PLAISIR DES SENS.  
LE CACAO ENCHANTE  
NOS PAPILLES MAIS  
PAS SEULEMENT.  
AUTANT DE BONNES  
RAISONS POUR NE PAS  
S'EN PRIVER.

## **De la plantation jusqu'à la tablette De la cabosse à la fève**

Le cacaoyer est originaire des bassins de l'Amazonie. C'est un arbre qui pousse à de basses altitudes et à l'ombre d'autres cultures comme le bananier. Il s'épanouit sur des sols profonds sous un climat régulier, constamment chaud et humide. Le cacaoyer a une particularité, ses fleurs puis ses fruits en forme de ballon de rugby, les cabosses, poussent directement sur le tronc.

Un cacaoyer produit en moyenne entre 25 et 30 fruits par an qui arrivent à maturité au bout de six mois. Armée pour survivre aux mauvaises conditions climatiques, la cabosse est récoltée à la main deux fois par an. Chaque cabosse possède une coque qui la protège contre les prédateurs ainsi qu'une chair blanchâtre, appelée mucilage, qui stocke l'humidité. Il faut environ 20 cabosses pour obtenir 1 kilo de fèves de cacao. Lors de la récolte, les cabosses sont coupées en deux à l'aide d'une machette. L'écabossage est un travail précis car les fèves de cacao ne doivent pas être blessées. Les fèves sont mises dans des bacs de fermentation recouverts de feuilles de bananier pendant 2 à 7 jours. L'objectif de cette 1<sup>ère</sup> étape est de tuer la germination et de permettre aux arômes précurseurs de se développer. Les fèves sont ensuite mises à sécher au soleil pendant environ une semaine. Elles sont régulièrement brassées. Après le séchage, les fèves sont stockées dans des sacs en jute jusqu'à l'exportation.

## **Il existe 4 grandes variétés de cacaoyer**

→ le Criollo est le cacaoyer originel qui

pousse à l'état spontané dans de nombreux pays producteurs d'Amérique du Sud. Il est très fragile et en voie de disparition (2% de la production mondiale).

→ le Forastero est la variété rustique par excellence. Il est originaire d'Amazonie mais est surtout cultivé en Afrique et en Asie du Sud-Est. C'est un peu le robusta du cacao : très forts rendements (80% de la production mondiale) mais peu aromatique.

→ le Trinitario est né à Trinidad du croisement entre les deux précédentes variétés. Son rendement (18% de la production mondiale) et sa qualité aromatique sont un compromis entre le Criollo et le Forastero.

→ le Nacional est un cacao équatorien qui doit sa réputation à un goût floral original, le goût arriba.

Le Criollo, le Trinitario et le Nacional sont la base des cacaos les plus fins et sont recherchés pour leurs puissants arômes floraux, fruités ou boisés. De son côté, le Forastero est apprécié pour son goût chocolat intense.

Les grands crus sont disséminés sur toute la zone de production autour de l'Equateur. Comme pour le vin ou le café, les arômes d'un cacao diffèrent d'un terroir à un autre. Le climat et la richesse du sol ont une influence déterminante sur la saveur du futur chocolat. Les pratiques agricoles (une cueillette à maturité des cabosses, une culture biologique...) jouent également un rôle non négligeable. Pour les artisans chocolatiers, le Criollo est indiscutablement le cacaoyer qui fournit les meilleurs crus de cacao ...



l'Equateur pour les arômes de rose, la Papouasie pour les arômes de tabac, Java pour le café, Trinidad pour les fruits rouges ou la Guyane pour l'amertume.

#### **De la fève à la tablette**

Parvenues chez l'industriel, les fèves de cacao sont nettoyées, triées, pelées et concassées pour être torréfiées. La torréfaction dure 10 à 30 minutes à 120° et permet de révéler les arômes. On obtient ainsi le gruë qui sera passé dans une broyeuse. C'est à cette étape que, par pression, le beurre de cacao est séparé de la matière sèche, la poudre de cacao. Puis intervient le conchage qui consiste à maintenir le cacao ainsi que d'autres ingrédients à une température de 70 à 90°. Grâce au brassage permanent, les arômes du cacao s'épanouissent et les fèves perdent de leur acidité. Le tempérage est la dernière étape. En alternant de manière contrôlée chauffage/refroidissement du chocolat, une cristallisation stable est obtenue, donnant un produit lisse, brillant avec une certaine dureté et du fondant. Ce dernier est dès lors transformé en tablettes, bonbons et autres gourmandises chocolatées.

#### **De la tablette à l'œuvre d'art**

Le chocolat de couverture, qui se présente sous la forme de bloc ou de pain, est réservé aux professionnels. Il permet de réaliser des enrobages, des ganaches et des tablettes. Les variétés de chocolat de couverture sont grandes, certaines n'étant produites que pour un artisan chocolatier qui en conserve précieusement la recette. Du chocolat de couverture pour créer de véritables œuvres d'art? La confection de pièces chocolatées demande beaucoup de savoir-faire et de créativité. L'artiste du cacao sculpte et moule le chocolat comme un matériau noble. C'est souvent à partir d'une thématique donnée que les orfèvres de la fève dévoilent leurs talents. Le World Chocolate Masters 2013 avait pour thème l'architecture du goût. Le chocolatier suisse de l'année 2013, David Pasquiet, artisan chocolatier va-

laisan, concourait avec 18 concurrents internationaux. Il s'est classé 10<sup>e</sup> avec une pièce artistique de 1m60 de hauteur intitulée «Tastic, le génie du goût».

#### **Nos 5 sens et la dégustation**

Le chocolat ne se déguste pas avec, pour seul guide, le goût. Ce serait contempler un paysage d'un seul œil car bouchées, tablettes et ganaches concernent nos 5 sens.

La vue. C'est par ce sens que se noue le premier contact avec le chocolat. Il est donc essentiel et ne doit surtout pas être négligé. Commencez par apprécier la couleur du produit: marron, noir, blanc? Plus il est noir, plus le produit est riche en cacao. Évaluez aussi la saturation des teintes: ce chocolat est-il marron et celui-ci un peu plus clair? Les cacaos ont peut-être été davantage torréfiés dans un cas que dans l'autre. Observez le brillant, signe que la pâte de cacao a

bien été tempérée, moulée et refroidie. Ce chocolat paraît-il terne? Le beurre de cacao a peut-être mal cristallisé en refroidissant.

Le toucher. Le chocolat se goûte également... avec les doigts. Est-il lisse, rugueux, soyeux? Se met-il à fondre dès que vous le touchez? La réponse à ces questions permettra de juger de la richesse en beurre de cacao d'un chocolat et de la finesse des micro-grains de cacao qui le composent.

L'ouïe. L'oreille intervient dans la dégustation. Une perte d'audition donne d'ailleurs souvent l'impression curieuse qu'un aliment a un drôle de goût. L'ouïe prépare le plaisir de la dégustation. Au moment où vous brisez une tablette, qu'entendez-vous? Un clac sec et bref ou le chocolat cède-t-il sans se faire entendre? Cela donnera des indices sur la fraîcheur du chocolat et sur les condi-



*Le chocolatier suisse de l'année 2013,  
David Pasquiet,  
artisan chocolatier, concourait avec  
18 concurrents internationaux.*

tions dans lesquelles il a été conservé. Si le chocolat est frais, il a une « rupture » nette et il n'a pas de tâches blanches ou de bulles. Un chocolat noir est plus cassant qu'un chocolat au lait.

L'odorat. Les chocolats ont une odeur qui raconte une partie de leur vie. Est-elle puissante ou faible? Voilà un bon indicateur pour le pourcentage de cacao et la qualité de la torréfaction. Est-elle douce, musquée, épicée ou neutre? Les chocolats des grands crus ont un fumet bien affirmé que les autres n'ont pas. Comme le parfum du chocolat est un indice important de fraîcheur, si vous percevez une note indésirable, peut-être que le chocolat a mal vieilli ou s'est éventé.

Le goût. Après avoir chatouillé la muqueuse nasale, le morceau de chocolat libère ses arômes une fois qu'il est en bouche. Comme le bouquet du vin, « l'opéra-bouffe » des arômes du chocolat se déroule en trois actes :

→ l'attaque est la sensation directe. Un chocolat doit avoir du caractère, une forte présence dès la prise en bouche ;

→ le corps se développe dans un deuxième temps lorsque le chocolat fond à la température de la bouche et exhale ses nuances ;

→ la longueur en bouche et la persistance des saveurs différencient les chocolats.

Avec le goût, il faut se concentrer sur la saveur. Est-elle équilibrée, trop forte? Y a-t-il un goût acide? Une trop forte acidité peut révéler un cacao mal fermenté ou mal séché. Enfin, l'amertume est-elle faible ou forte? Autant d'indices sur le pourcentage de cacao et sur son degré de torréfaction. •

### **LÉGENDES AMÉRINDIENNES D'UN BREUVAGE DES DIEUX**

De nombreuses légendes se réfèrent à la naissance de la consommation de cacao; elles se rapportent généralement à des divinités. L'une d'entre elles relate l'histoire d'une princesse toltèque qui vouait un culte au dieu de la végétation, le serpent à plumes Quetzacoatl. Par reconnaissance de cette dévotion, celui-ci lui enseigna l'art de cultiver le cacaoyer. La princesse garda intact ce secret et fut tuée par les Toltèques pour ne pas l'avoir révélé. A l'endroit du sacrifice, un cacaoyer poussa aux fruits rouges couleur de son sang et aux fèves amères comme sa souffrance.

### **PRATIQUES RITUELLES CHEZ**

#### **LES KUNAS**

Le cacao fait partie de nombreuses pratiques rituelles aujourd'hui encore même si elles sont méconnues du grand public. Les Kunas, groupe ethnique amérindien du Panama, utilisent le cacao à chaque naissance. Ils brûlent des fèves de cacao et les font respirer au nouveau-né pour qu'il pousse son premier cri. L'enfant est posé dans un hamac; on place au sol un petit brasero appelé sinar sous la tête du bébé. Le placenta est également posé sous le hamac. Le rituel dure 4 jours puis le placenta est enterré dans le sol sous le hamac. La fumée du cacao participe à toutes les cérémonies des Kunas et à toutes les étapes de la vie. Pour ce groupe ethnique, le cacao a également des vertus médicinales puisqu'il aide à la guérison de nombreuses maladies. C'est un aliment traditionnel que les femmes utilisent quotidien-

nement en préparant le siagua olikwa, une soupe à base de cacao. Après avoir grillé et moulu les fèves, elles mélangent dans de l'eau cette poudre de cacao à la farine de maïs. Elles portent à ébullition ce breuvage et y ajoutent du sucre. Elles affirment que cette soupe donne de la force aux hommes qui partent au travail.

### **LES VRAIS FAUX DU CHOCOLAT**

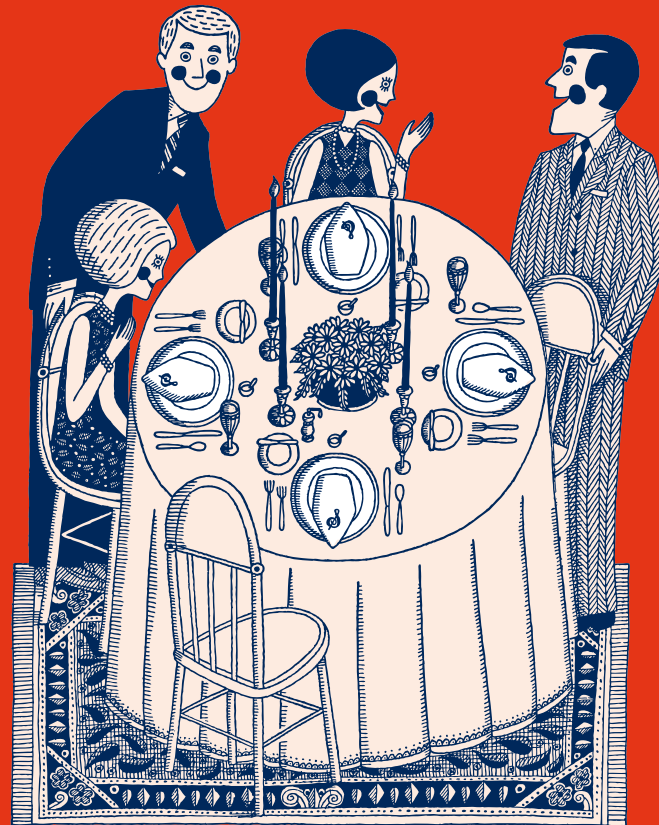
→ Le chocolat peut entraîner l'apparition de caries? C'est faux! Des scientifiques ont découvert que les tanins du cacao favorisent la prévention en diminuant la plaque dentaire. De plus, le chocolat contient du fluor qui renforce l'émail des dents.

→ Le chocolat est bon pour le moral... C'est vrai! Le chocolat a le pouvoir de faire stimuler par le cerveau la sécrétion d'endorphines qui procurent un sentiment de bonheur.

→ Le beurre de cacao a des vertus cosmétiques... C'est vrai! Jusqu'au 18<sup>e</sup> siècle, le beurre de cacao était utilisé comme support aromatique pour élaborer des parfums car il capte les odeurs. De nos jours, le beurre de cacao sert à la fabrication de nombreux produits cosmétiques tels que les huiles solaires ou les baumes à lèvres.

→ Le chocolat est toxique pour les chiens et les chats... C'est vrai! Le chocolat contient une substance appelée théobromine, nocive pour les animaux comme les chiens et les chats. Contrairement aux humains, les animaux métabolisent très lentement cette substance qui est toxique pour eux.

*hereinspaziert.ch*  
*venezvisiter.ch*  
*venitevedere.ch*



13. | 14. 9. 2014



Europäische Tage des Denkmals | Zu Tisch  
Journées européennes du patrimoine | A table  
Giornate europee del patrimonio | A tavola



**CHF 323**  
par mois  
pendant 7 ans\*

**RP Jeune**

## Un revenu pour réaliser ses rêves

Chez Retraites Populaires, vous pouvez désormais épargner pour vos enfants, petits-enfants, neveux ou filleuls. Avec RP Jeune, vous décidez du montant et de la fréquence des versements. A l'âge convenu, il ou elle choisira entre une rente ou un capital.

Contactez-nous au 021 348 26 26 ou consultez [www.retraitespopulaires.ch/jeune](http://www.retraitespopulaires.ch/jeune)

\* Exemple de revenu pour un versement mensuel de CHF 100 pendant 18 ans sur la base des excédents actuellement versés par Retraites Populaires (non garantis).

Votre avenir, notre mission.

**Retraites  
Populaires**

# La charte

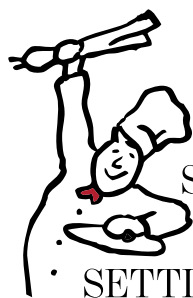
## Pourquoi une Semaine du Goût ?

On prend de moins en moins de temps pour manger, les produits se standardisent toujours davantage, les jeunes et les enfants ne connaissent souvent plus le goût de nos produits traditionnels.

Le goût mérite donc de retrouver sa place et la semaine qui lui est dédiée veut encourager les événements qui valorisent le plaisir de manger avec des produits de qualité, la convivialité autour de la table, les productions artisanales.

## Buts et éthique de la Semaine du Goût

La Semaine du Goût s'inscrit dans une démarche de développement durable et de sauvegarde du patrimoine culinaire. Les événements qui en font partie reflètent la richesse du goût et de tout ce qui touche à une alimentation basée sur le respect de produits où l'homme et le terroir ont encore toute leur importance. Ils nous donnent envie de nous réunir pour nous nourrir, nous font prendre conscience que manger est un temps pour nous ressourcer et nous faire plaisir.



SEMAINE DU GOÛT  
GENUSSWOCHE  
SETTIMANA DEL GUSTO

## La Semaine du Goût veut :

- Valoriser la diversité des goûts et des cultures alimentaires.
- Favoriser les échanges entre les métiers de la bouche.
- Sensibiliser les jeunes générations au plaisir du goût.
- Rendre les consommateurs attentifs à la qualité et à la saisonnalité des produits.
- Mettre en valeur le savoir-faire artisanal.
- Promouvoir la santé par une nourriture variée et équilibrée.
- Favoriser la découverte de produits de qualité.
- Préserver la tradition et encourager l'innovation culinaire. Elle s'adresse aux enfants, aux jeunes, aux familles, aux enseignants, à tous ceux qui aiment manger, qui veulent découvrir des produits de qualité, prendre le temps de savourer et déguster et qui se préoccupent aussi bien de leur environnement que de leur santé.

## Chaque organisateur d'évènement s'engage à :

- Créer un évènement spécifique pour valoriser un produit, une recette, un savoirfaire, ou la convivialité autour de la table.
- Travailler avec des produits de qualité.
- S'impliquer pour donner un aspect pédagogique à son évènement.




## naviguez en famille à petit prix!

**2 adultes, 2 enfants  
pour seulement CHF 49.-**

Valable dès le 18.04.2014,  
voir conditions sur [www.cgn.ch](http://www.cgn.ch)  
En vente uniquement aux guichets CGN.

[www.cgn.ch/horizons](http://www.cgn.ch/horizons)  
infoline: +41 (0)848 811 848

CGN  HORIZONS



**JACQUES  
DUTTWEILER**  
FROMAGES DE QUALITÉ  
Présent aux marchés de Lausanne et Vevey

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

[gourmesse.ch/genusswoche](http://gourmesse.ch/genusswoche)



Zum halben Preis  
an die Gourmesse

**gourmesse**

**10. – 13. Oktober 2014**

Kongresshaus Zürich  
[www.gourmesse.ch](http://www.gourmesse.ch)

bbf.ch



## IRL plus SA, des impressions du meilleur goût

IRL plus SA félicite les initiateurs de la **Semaine du Goût** pour l'édition 2014 de cette manifestation nationale.

Nous sommes fiers de produire le programme que vous tenez en main sur nos machines de dernière génération très performantes et de contribuer ainsi à faire de ce guide une référence de qualité en Suisse romande. Vous aimeriez en savoir plus sur les nombreuses prestations d'IRL plus SA? Téléphonnez à Alain Bassang, Philippe Delacuisine, Michel Horwath ou Kurt Eicher.

+ de compétences + proche + de savoir-faire

Chemin du Cosel 5 Tél.: +41 21 525 48 00 kurt.eicher@irl.ch  
CH-1020 Renens Fax: +41 21 525 48 01 [www.irl.ch](http://www.irl.ch)



Plus qu'une imprimerie

## COMITÉS QUALITÉ

Abplanalp Lucienne	Enseignante	Gay Madeleine	Oenologue		
Allenspach Andreas	Président des Ostschweizer Komitees	Gex Philippe	Gouverneur du Guillon		
Alcala Thomas et Eleuterio	Affineurs de jambons	Geyer Jean-Luc	Cuisinier chef		
Amrein Olivier	Epicurien	Gigandet Pauline	Fondation rurale interjurassienne		
Aubry Micheline	AGRIDEA		Vigneronne	Philippona Jean-Nicolas	alberghiero del EOC
Auf der Maur Jost	Journalist	Graff Noémie	Sociogastronomo	Piffaretti Giuseppe	Produits du Terroir du Pays de Fribourg
Ayer Pierre-André	Cuisinier chef	Guidoux Serge	Pêcheur	Pittet Jean-Luc	Consulente SMPPC
Bachmann Christophe	Apiculteur	Guignard Philippe	Cuisinier chef	Porchet Jean-Louis	Gastro Jura/Jura-Bernois
Baeriswil Bertrand	Président Slow Food Fribourg	Häberli Rolf	Journalist	Raboud Isabelle	Producteur de film
Baermann Peter	Cuisinier chef	Haenni Frédéric	Gastro-Vaud	Raboud Marie-Josèphe	Ethnologue
Bailly Martine	Agence d'information agricole Agir	Hamdaoui Mohamed	Journaliste	Ravet Bernard	Cuisinière cheffe
Barthassat Luc	Pays romand pays gourmand	Hauser Muriel	Gastro-Fribourg	Rembault Necker Edmée	Cuisinier chef
Basso Pietro	Sommelier	Heyraud Marc	Professeur d'université	Reynaud-Bestenheider Franck	Directrice OVPT (NE)
Beausoleil Denis	Directeur de Genève-Terroir	Higi Michael	Slow Food Ostschweiz	Rod Christophe	Cuisinier chef
Benedetti Marc	Journalist	Hobmeier Elisabeth	Chefredaktorin	Rohner Nathalie	Produkt Managerin
Berger Pierre	Co-fondateur de la Semaine du Goût	Hofmann Anna	Slow Food	Rosset Patrick	Spécialiste épices
Bessire Jean-Marc	Cuisinier chef	Imhof Paul	Journalist	Roversi Alessandra	Slow Food Léman
Bezençon Nicolas	Uniterre	Ingold Jean-Luc	Journaliste	Rueggsegger Elisabeth	Région Lac de Morat
Blanc Daniel	Restaurateur	Jaqes-Dufour Martine	Commission fédérale AOP	Ryser Dominique	Fromager
Blanc Roland	Restaurateur	Jenni Martin	Journalist	Said Bucher Yasmirna	Alpinavera
Blaser Max	Maître boucher le Cochon d'Or	Joris Jean-Maurice	Cuisinier chef	Schächli Laura	Gastronomin
Boisseaux Stéphane	Chercheur	Jost Esther	Coordnatrice Fourchette Verte	Schaub Silvia	Redaktorin
Bolay Charles-Bernard	Président Uniterre Vaud	Juillerat Edy	Restaurateur	Schindler Ingrid	Journalistin
Böniger Daniel	Journalist	Kalandranis Gianni	Cuisinier chef	Schlumpf Annagret	Köchin
Bosia Luigi	Giornalista	Kaufmann Franz	Winzer	Schlup Michel	Historien de la gastronomie
Boverat Jean-Louis	Finale Jeunes Confiseurs	Klein Bernard	Chimiste cantonal	Schmid Heinz	Journalist
Bovier Edgard	Cuisinier chef	Kondratowicz Frederik	Cuisinier chef	Schmitz Martin	Geschäftsleiter Ueli Hof
Bratschi Isabelle	Journaliste	Krebs Etienne	Cuisinier chef	Schneider Yvan	Enseignant
Breitschmid Ueli	Curaprox	Kunkler Evelynne	Ambassadrice Prosper Montagné	Schnyder Eliane	Paysanne
Briguet Conrad	Ecole d'Ingénieurs de Changins	Labrosse Serge	Cuisinier chef	Schorderet Nicolas	Directeur de GWS aux Services du Vin SA
Brunier Alain	Directeur général EHG	Lafarge Patricia	Présidente de la Semaine du Goût VS	Schorderet Marie-Laure	Cuisinière
Buchwalder Florian	Biohof	Lampart Reto	Cuisinier chef	Schwarzenbach Hermann	Weinproduzent
Buss Pierre-Emanuel	Journaliste	Lehmann Daniel	Restaurateur	Semmler Karin	Consulente alimentaire
Cassis Ignazio	Medico	Lehmann Tania	Coordnatrice Fourchette Verte	Simon Jean-Charles	Journaliste
Castella Romain	Produits du Terroir du Pays de Fribourg	Leuba Sabine	AOP/IGP	Soldati Jean-Marc	Cuisinier chef
Cerf Cédric	Ch. mission Ville de Delémont	Leuenberger Ueli	Conseiller national, enseignant	Spengler Simon	Journaliste
Chanton Marlis	Vigneronne	Liechti Walter	Slow Food und Telebasel	Stangl Michel	Cuisinier chef
Chenaux Serge	Cuisinier chef	Lischetti Isabella	Insegnante ed esperta di educazione alimentare	Steiner Thomas	Union fribourgeoise du tourisme
Chevrier Philippe	Cuisinier chef	Lonati Bernard	Cuisinier chef	Storni Roberto	Guida Osterie d'Italia
Comte Claude Victor	Oenophile	Lonati Chantal	Restauratrice	Suter Pierrick	Cuisinier chef
Cornut Didier	Oenologue	Longet René	Expert en développement durable	Tarnowski David	Cuisinier chef
Couplan François	Ethnobotaniste	Marbach-Jund Theresia	Das Beste der Region	Tenca Piero	Cuisinier chef
Cramer Robert	Conseiller aux Etats	Margot Laurence	Fourchette verte Vaud	Tettamanti Francesco	Directore di Ticinowine
Crettenand Gilles	Addiction Valais	Marmy Françoise	Spécialiste des plantes sauvages	Thomas Pierre	Journaliste spécialisé
Cruchon Raoul	Vignerone	Martin Benoît	Gastronomie à domicile	Tièche Maryline	Diététicienne dipl. ES
de Courten Didier	Cuisinier chef	Massy France	Journaliste/vins	Tisserand Philippe	Restaurateur
Cosandey Anne-Sophie	Restauratrice	Mathier Diego	Vignerone	Valpiani Marco	Cinéaste
Décotterd Stéphane	Cuisinier chef	Mayor Jean-Philippe	Ecole de Changins	Vaucher Yann	Consultant boulanger
Doerig Eschler Gaby	Ing. Agr. ETH	Meier-Schmid Brigitte	Gastro Suisse	Violier Benoit	Cuisinier Chef
Domeniconi Giuseppe	Slow Food	Mégros Michèle	Gastronomin	Vogel Erwin	Tafelgesellschaft zum Goldenene Fisch
Droz Louis	Epicurien	Meldem Martine	Association des Marchés paysans	Vouillamoz José	Spécialiste ADN de la vigne de la Côte
Dufaux Daniel	Président des oenologues suisses	Merlo Luca	Ristoratore	Vuillaume Blaise	Epicurien
Dumoulin Frédéric	Vignerone-encaveur	Miller Christina	Redaktion und Übersetzungen	Wagner Véréna	Enseignante et restauratrice
Duttweiler Jacques	Fromager	Moginier David	Journaliste	Walz Thierry	Cave Cidis/Uvavins-Cave de la Côte
Emery Jean-Marc	Notaire	Monnerat Philippe	Gastronome	Wannaz Gilles	Vignerone
Ewald Jürg	Président Slow Food Basel	Montangero Stéphane	Fédération Fourchette Verte Suisse	Wilhelm Peter	GastroFacts
Fabbi Sidonie	Fourchette verte et Service de santé de la jeunesse	Moresi Gianni	Presidente del CF dell'EIC di Changins/VD	Wyss Katia	Appenzellerland Regionalmarketing
Fabbi Sébastien	Secrétaire Général Swiss Wine	Morier-Genoud Patrick	Journaliste	Zahno Bertrand	Cuisiniste et Loitche-Potches
Favre Dominique	Chef de l'Office de la viticulture du canton de Vaud	Mottini Donato	Commerçant	Zbinden Véronique	Journaliste
Favre Laurent	Chambre neuchâteloise d'agriculture	Mozzini Elena	Sommelier e idrosommelier		
Fazan Daniel	Journaliste	Müller-Tschirky Josef	Präsident Gastro St. Gallen		
Feier Eveline	Schweiz Tourismus	Naef Ruedi	Chefredaktor		
Felley Pierre-Yves	Chambre valaisanne d'agriculture	Nyffeler Regula	Geschäftsführerin Schützenstube		
Fleury Louis	Spécialiste viande séchée	Orrù Tiziano	SSAT Bellinzona		
Fleury Mathieu	Secrétaire général de la FRC	Orsat Auguste	Epicurien		
Florie Marion	Max Havelaar-Foundation	Orsat Evelynne	Chargée d'enseignement, diététicienne		
Forel Olivier	Musicien	Ott Lukas	Stadtpräsident Liestal		
Frehner Rita	Projektleiterin	Paccot Raymond	Vignerone	Crisci Carlo	2014
Freymond Diane	Chef à domicile	Paganel David	Chocolatier	Vréni Giger	2013
Frôté Claude	Cuisinier chef	Pasotti Marco	Ispettore di tirocinio	Gérard Rabaey	2012
Fuchs Fabian	Cuisinier chef	Pedrioli Elena	Consulente alimentare	Martin Dalsass	2011
Gabriel Suzanne	Prométeur vaud	Pesce Alessandro	Giornalista	Philippe Rochat	2010
Gallais Véronique	Marchande de thé	Pfaff Rolf-Peter	Pfaffconsulting	Marie-Thérèse Chappaz	2009
		Pfarrer Raphael	Slow Food Bern	André Jaeger	2008
		Pfister Thomas	Kulturvermittler	Georges Wenger	2007
		Piazzoli Brigitte	Responsabile del servizio	Irma Dütsch	2006
				Fredy Girardet	2005

## PARRAIN / MARRAINE

	Crisci Carlo	2014
	Vréni Giger	2013
	Gérard Rabaey	2012
	Martin Dalsass	2011
	Philippe Rochat	2010
Marie-Thérèse Chappaz		2009
André Jaeger		2008
Georges Wenger		2007
Irma Dütsch		2006
Fredy Girardet		2005

**NOUVEAU**

Téléchargez  
l'application  
**Buvettes**  
et auberges  
d'alpage sur  
**buvettes.ch**



Plus de 350 adresses  
de buvettes,  
leurs spécialités  
du terroir, des balades  
au cœur de la nature.



Disponible sur  
**App Store**



Abonnez-vous!

Abonnez-vous ou offrez  
un abonnement de 1 an  
au prix de Fr. 80.-  
plus Le Guide La Suisse Gourmande

**plaisirs**  
GASTRONOMIE & VOYAGES

Fondé en 1956

Plaisirs Gastronomie & Voyages  
Ch. de la Plage 12 • 2072 Saint-Blaise  
Tél. 032 841 72 53  
[www.plaisirmagazine.ch](http://www.plaisirmagazine.ch)

*Le magazine qui fait saliver...  
...de bonheur!*

**VITISWISS**

**Vinatura®**

Ecologique et contrôlé  
Naturnah und kontrolliert  
Ecologico e controllato

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

**Château de Prangins.**  
**MUSÉE NATIONAL SUISSE.**

**DIMANCHE 28 SEPTEMBRE**  
**DÉJEUNER sur L'HERBE**  
**et MARCHÉ à L'ANCIENNE**

Défilé et concours de mode du 19<sup>e</sup> siècle:  
venez costumés et défilez en musique!

Journée gratuite | 10.00 – 17.00 | Château de Prangins | 1197 Prangins  
Musée national suisse | [www.chateaudeprangins.ch](http://www.chateaudeprangins.ch)

unikat



**SUISSE GARANTIE** Suisse. Naturellement.

«Quand aura lieu la journée de la pomme?»

«Le 19 septembre 2014!»

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

Partagez sur Facebook : swissfruit



**EGK-CAISSE DE SANTÉ – L'ASSURANCE SUISSE LA PLUS NATURELLE**

Une alimentation saine peut être aussi savoureuse!  
Dans l'application gratuite «Mon EGK», vous trouvez la recette de cuisine pour chaque herbe médicinale et beaucoup plus encore!

Sainement assuré est chez nous tout un programme!  
Nous nous portons garants de l'égalité des chances entre la médecine conventionnelle et la médecine complémentaire, d'un suivi personnalisé des clients et d'offres d'assurance sur mesure.



EGK-Caisse de Santé  
Brislachstrasse 2  
CH-4242 Laufon

Téléphone 061 765 51 11  
info@egk.ch  
www.egk.ch



j'♥ manger Valaisan



retrouvez-nous sur [saveurs-du-valais.ch](http://saveurs-du-valais.ch)

**Restaurants Saveurs du Valais**  
Ici, on sert des mets typiquement valaisans!




**Fourchette verte**

Le label de l'alimentation équilibrée




Fourchette verte est soutenue par Promotion Santé Suisse et les cantons

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

NOS PARTENAIRES:



AVEC LE SOUTIEN DES CANTONS DE:



IMPRESSUM

Journalistes

Patricia Comby, Sophie Dorsaz,  
Paul Imhof, Manuela Magnin,  
Rosalie Manser, France Massy,  
Patrick Morier-Genoud,  
Alessandro Pesce, Alessandra Roversi,  
Alexandre Truffer, Véronique Zbinden.  
Graphisme  
Anouk Andenmatten, Marika Zisyadis.  
Traductions  
Valentin Hasler, Eve Hermann,  
Monica Fiorini, Christina Miller.

Editeur

Association pour  
la Promotion du Goût  
Avenue Dapples 21/CP 99  
1001 Lausanne  
Tél. 021 601 58 03  
www.gout.ch  
contact@gout.ch  
presse@gout.ch  
sponsoring@gout.ch  
Responsable d'édition  
Catherine David  
Rédactrice en chef  
France Massy

Editeur

Fédération Romande des  
Consommateurs  
CP 6151, Rue de Genève 17  
1002 Lausanne  
Tél. 021 331 00 90  
frc.ch / info@frc.ch  
Rédactrice en chef  
Elisabeth Kim

Tirage

120'000 ex.  
Impression  
IRL plus SA  
Chemin du Closel 5  
CH-1020 Renens



SALINE DE BEX  
DEPUIS 1554



SEL DES ALPES 

Le sel pur  
des sommets

# Le goût des Alpes.



Du cœur des Alpes vaudoises jusque dans votre assiette, Sel des Alpes conserve sa pureté originelle. Un produit respectueux de l'environnement et authentique qui sublime les saveurs de toutes vos préparations.

[selbex.com](http://selbex.com)

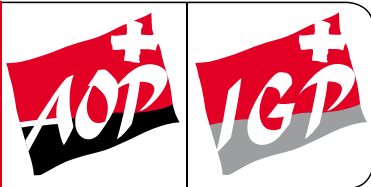




# Des racines un savoir-faire du caractère

*Choisir une spécialité AOP ou IGP, c'est surtout se faire plaisir. Mais c'est aussi valoriser un savoir-faire traditionnel et une agriculture durable. Les produits AOP et IGP suisses appartiennent à la richesse de notre patrimoine culinaire et culturel.*

**Suisse. Naturellement.**



[www.aop-igp.ch](http://www.aop-igp.ch)



[www.facebook.com/aopigp](https://www.facebook.com/aopigp)

Appellation d'origine protégée / Indication géographique protégée