



Le Magazine suisse du Goût — N° 6

LA SEMAINE DU GOÛT®

**THERES & MARKUS
DETTWILER**

Marraine et Parrain de
la Semaine du Goût

LIESTAL

La Ville suisse
du Goût 2016

AOP-IGP

Trois produits authentiques
à savourer



www.gout.ch

avec le parrainage


Slow Food®CH

©Photograph: Masa Ushioda, « Reaching out », Fifty Fathoms Edition 2009



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



Fifty Fathoms Bathyscaphe



RAISE AWARENESS,
TRANSMIT OUR PASSION,
HELP PROTECT THE OCEAN

www.blancpain-ocean-commitment.com

JB
1735

BLANCPAIN

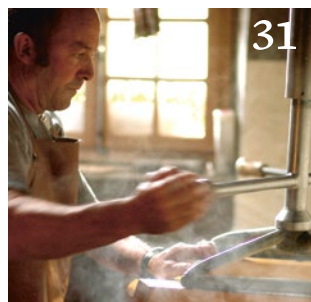
MANUFACTURE DE HAUTE HORLOGERIE

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

SOMMAIRE



| | | | |
|---|----|---|----|
| Préambule | 5 | PRODUITS | |
| Liestal Ville du Goût 2016 | 7 | AOP-IGP | |
| Slowfood Quatre millions d'arbres pour la planète | 20 | On ne copie que ce qui a de la valeur! | 29 |
| Livres | 24 | Pays romand – Pays gourmand | |
| Poster Légumineuses, aliments du futur | 25 | Les délices du pays romand | 38 |
| La charte de la Semaine du Goût | 94 | La saucisse à rôtir | |
| Comités Qualité | 95 | Une délicieuse tradition | 90 |
| PORTRAITS | | ENQUÊTES ET REPORTAGES | |
| Theres et Markus Dettwiler Marraine et parrain de la Semaine du Goût 2016 | 12 | Ecolo Et si nous mettions l'été en conserves | 45 |
| People leurs plats préférés | 16 | Semaine des vins suisses 300 restaurants et 300 vignerons jouent le jeu | 49 |
| RECETTES | | Ta Cave , histoire d'une réussite | 53 |
| Houmous de lentilles au curry | 42 | Magasins du monde Idées l(ég)umineuses | 59 |
| Spare ribs d'Ormingen | 58 | Bio Suisse Chic, des pois chiches suisses! | 66 |
| Basmati aux légumes et aux lentilles | 59 | IP Suisse Une coccinelle pour la nature | 70 |
| Tagine aux poires et au safran | 61 | WIR , la banque des PME | 75 |
| Salade de pois chiches à l'orientale | 67 | Uniterre Une nourriture saine pour tous | 79 |
| Gratin vieux pain et légumes | 85 | DDC L'agriculture écologique sous les tropiques | 81 |
| Chili con saucisse | 93 | Fourchette Verte Le pain: basique mais jamais banal! | 84 |
| RÉGIONS | | Cliniques Bois-Cerf et Cecil Gastronomie et santé avec Carlo Crisci | 86 |
| Vaud Restauration collective et produits de proximité | 36 | Déclaration de Berne - Public Eye Stévia, l'amertume des Guaranis | 88 |
| œnotourisme Une première balade en région morgienne | 62 | | |
| Le Livre sur les quais Un menu tout en lettres et en saveurs | 65 | | |
| Agritourisme Des vacances réinventées | 68 | | |



SI, COMME NOUS,
VOUS PENSEZ QU'IL EST
CAPITAL DE SAVOIR
CE QUE VOUS MANGEZ...

... ALORS, DEVEZ
MEMBRE FRC

Pour 60.-/an, vous rejoignez
les consommateurs romands
qui font bouger les choses.

#lepouvoirdagir



**FÉDÉRATION ROMANDE
DES CONSOMMATEURS**
LE POUVOIR D'AGIR

MOUVEMENT CITOYEN SUISSE ROMAND CRÉÉ EN 1959
100% LIBRE, 100% INDÉPENDANT
CHAQUE COTISATION COMPTE [FRC.CH/REJOIGNEZ-NOUS](https://www.frc.ch/rejoignez-nous)

Manger est un acte agricole



Lancée par des passionnés du goût, soutenue par des chefs-cuisiniers du territoire, rejointe par des producteurs authentiques du pays, la Semaine suisse du Goût est devenue depuis 16 ans une fête populaire du partage de la nourriture.

Chaque année, elle s'affirme comme plateforme nationale de la nourriture « bonne, propre et juste ». Petit à petit, les partenariats se tendent la main. Et voilà, cette année, Pays romand-Pays gourmand, IP-Suisse, Agritourismus, Les Magasins du Monde qui nous rejoignent. Et la Swiss Wine Week fait la jonction avec nous en septembre.

Quel sens donner à toute cette fête ? Rien moins que l'appropriation de notre nourriture quotidienne que l'industrie agro-alimentaire s'est accaparée, souvent par notre passivité.

Que mangerons-nous en 2030 ? Certains ont l'objectif de nous faire ingurgiter des alicaments, des OGM, de la nourriture individualisée et standardisée.

Bref, un programme de négation non seulement de la biodiversité alimentaire et culinaire, mais aussi du plaisir du goût.

Les moyens d'inverser ce système productiviste sans âme existent. La « famine au sud et la malbouffe au nord » ne sont pas inscrites dans nos gènes. Ce modèle agro-alimentaire a atteint ses limites.

Par bonheur, nous avons les possibilités citoyennes de revoir cette copie médiocre, faite de pesticides dans les aliments, d'animaux gavés de soja OGM importé ou d'épidémie d'obésité.

Nos solutions ont pour nom : lutte contre le gaspillage alimentaire, plateforme de circuits courts, agro-écologie, ceinture verte autour des agglomérations, plus de légumineuses, de fruits et légumes et moins de viande robotisée. Et surtout : des producteurs de la communauté qui nous nourrit, payés à leur juste prix !

C'est justement pour cela que notre Marraine et Parrain cette année sont des paysans-bouchers : Theres et Markus Dettwiler d'Ormalingen (BL), un couple de producteurs modèles. Avec Liestal, Ville suisse du Goût 2016, nous aurons la chance de découvrir une ville ouverte dans ses cuisines et ses caves. Prenez le temps de voyager dans le pays avec convivialité.

Josef Zisyadis
Directeur de la Semaine suisse du Goût
Co-président Slow Food Suisse



Liestal, Ville du Goût 2016

Texte, Paul Imhof — Photos, Paul Menz

Rarement sous le feu des projecteurs, le chef-lieu de Bâle-Campagne mérite pourtant le détour.

À l'occasion de la Semaine du Goût, du 15 au 25 septembre 2016, la ville nous ouvre ses cuisines et ses caves. Elle nous invite à passer à table, avec générosité et gourmandise.

En février, Liestal s’anime de mille feux. Chariots flamboyants et torches scintillantes défilent dans la rue de l’Hôtel de Ville pour chasser l’hiver: c’est la fête du Chiebase.

Le 25 septembre prochain, un dimanche, une table de 200 mètres de long sera dressée sur ces mêmes pavés. 700 convives y sont conviés pour déguster les victuailles, fruits du printemps et de l’été. «Nous vous invitons tous à participer à cette grande fête populaire du goût», lance le maire de la ville, Lukas Ott.

On la surnomme «Stedtli», la «petite ville», en dialecte. Et pourtant Liestal a le statut de ville depuis 1296. Aujourd’hui, avec ses 14’000 habitants, elle est incontestablement devenue une ville au sens moderne du terme. Mais elle se plaît à rester «Stedtli», malgré une démographie en pleine expansion. Coquetterie? Pas seulement: c’est qu’il faut se distinguer de Bâle, dix fois plus grande, qui n’est qu’à dix minutes d’ici. Car il y a une frontière entre les deux agglomérations: depuis 1833, Liestal est le chef-lieu du demi-canton de Bâle-Campagne. À cette époque, elle ne comptait que 3’000 habitants: un village, donc! Mais avec une vocation précoce et stratégique de ville à part entière.

Depuis l’époque romaine, Liestal veille sur la route de Hauenstein, une importante voie commerciale. Vers le sud-ouest, celle-ci chemine par la vallée de Waldenburg en direction de Berne, des cols de l’Oberland bernois, puis du Valais; vers le sud-est, elle file en direction d’Olten, de Lucerne et du Gothard. Autrefois, les voyageurs en provenance de Bâle n’avaient certes pas besoin de

changer d’attelage, en passant à Liestal. Il en allait tout autrement de ceux descendant des cols jurassiens, qui arrivaient dans la petite ville avec une multitude de besoins et d’envies.

Mais les temps changent. À présent, les trains passent généralement tout droit. Et l’autoroute ne se divise en A2 et A3 que plus loin vers l’est. Le trafic n’en a pas moins modifié la «petite ville». Autrefois étape, elle est devenue un lieu d’habitation. Il n’y a plus ni cellier, ni maréchal-ferrant, ni tonneliers, et les tanneurs ont disparu, tout comme les fabricants de

— Le 25 septembre prochain, un dimanche, une table de 200 mètres de long sera dressée sur les pavés de Liestal. 700 convives y sont conviés.

chapeaux et les gantiers. Aux 19^e et 20^e siècles, ils ont cédé la place à de prospères filatures. Liestal s’était même temporairement muée en Mecque du textile. Aujourd’hui, ces espaces sont dédiés aux activités du secteur tertiaire.

En 2016, Liestal, Ville du Goût, va s’attacher à faire rayonner l’éventail de ses richesses: «Tout au long de l’année, nous voulons révéler et ancrer la notion de Saveurs de Bâle-Campagne», explique Tobias Eggimann de L’Office du Tourisme de Bâle-Campagne. Aux agriculteurs, restaurateurs et entreprises de transformation, nous proposons des ou-

tils de communication permettant de mettre en valeur la qualité et la diversité des spécialités de la région», ajoute Lukas Kilcher, directeur du Centre cantonal d’agriculture Ebenrain.

Et quelles sont donc ces spécialités? Durant sa courte période de souveraineté territoriale, après des années de domination, la région bâloise ne pouvait évidemment pas s’inventer une culture gastronomique sortie de nulle part. Les produits et les mets existaient depuis longtemps. Mais sous la férule de la bourgeoisie de Bâle ils se sont notamment enrichis grâce aux échanges avec l’Alsace et le pays de Bade.

En 1836, coup de chance pour le jeune demi-canton: c’est la découverte des salines près de Muttens. Elles ont permis le développement d’une industrie prospère dans les deux nouveaux cantons de Bâle-Campagne et d’Argovie. Et plus tard, les Salines de Schweizerhalle approvisionneront en sel le pays tout entier.

Côté céréales, Bâle-Campagne n’a pas de vocation de grenier, comme par exemple le pays de Vaud. Et le renouveau de l’épeautre n’y change rien. Par contre, la demande croissante de lait de la part des habitants de la ville de Bâle a donné un sérieux coup de fouet au commerce du bétail, entraînant la métamorphose des champs en prairies. Les paysages vallonnés qui grimpent depuis le Rhin jusqu’aux sommets de la chaîne jurassienne servent aujourd’hui à l’élevage et aux cultures fruitières avant tout. Partout où la qualité du sol répond à une exposition adéquate, s’épanouit aussi la vigne, produisant des vins qui se profilent en dégustation à l’échelle nationale.

Pour plus d'informations:
baselbieter-genusswoche.ch

Autrefois, le paysage était ici hérissé d'arbres fruitiers à hautes tiges. Mais les grands pommiers, cerisiers, pruniers et noyers ont petit à petit disparu. Jusqu'à leur récent renouveau, leur valeur écologique pour la nature et pour l'homme étant à présent reconnue. Pour les agriculteurs, la récolte des fruits haut perchés n'est évidemment pas une sinécure, mais la qualité des cidres et des eaux-de-vie qu'ils en tirent valent bien tous ces efforts.

Au plaisir de la dégustation répond aussi un savoir-faire gourmand. C'est à Eptingen qu'est née la marque Pepita, légendaire limonade helvétique. Puis c'est à Oberwil que s'est établi l'institut de recherche pour l'agriculture biologique (FiBL/IRAB) en 1974. Lauwil a, pour sa part, vu distiller le premier whisky suisse, le 1er juillet 1999. Un inspecteur de la régie fédérale des alcools en était le parrain. Et c'est à Münchenstein que fut inventée la grenouille au coca! Avec les bonbons aux herbes Ricola, et les têtes au choco Richterich du Laufonais bernois, elles ont aussi passé à Bâle-Campagne.

Côté cuisine, hormis les prestations de haut vol de quelques restaurants, on reste dans le registre traditionnel. Le ragoût aux oignons est la réponse bâloise à l'émincé à la zurichoise. Les fruits ont donné naissance à des spécialités allant des pruneaux au vin rouge aux tartes aux pruneaux, et du «chrisisitotsch», un pudding aux cerises, au kirsch aux œufs, voisin du cognac aux œufs. Le kouglof au lard honore l'Alsace. Et si les bâtons à la cannelle sont plus rustiques que les étoiles au même parfum, ils ont l'avantage d'être vendus toute l'année.



Entre Rhin et Jura, Bâle-Campagne décline ses paysages contrastés riches en attractions. Points forts :

AUGUSTA RAURICA

Les vestiges de la ville romaine à proximité d'Augst sont un monument d'importance nationale.

JARDIN BOTANIQUE MERIAN ET PARC «IM GRÜNEN»

Ce vaste espace de détente longe la Birse en lisière de la ville. Depuis peu, la fondation Pro Specie Rara s'y est établie.

L'ERMITAGE ET LA CATHÉDRALE D'ARLESHEIM

Au XVII^e siècle, le chapitre de Bâle fait construire une cathédrale et des salles capitulaires à Arlesheim. L'Ermitage, le plus vaste jardin anglais de Suisse, est situé à l'est de la localité.

WASSERFALLEN

Le téléphérique Reigoldswil-Wasserfallen conduit à proximité du plus haut sommet de Bâle-Campagne, le Hinteri Egg qui culmine à 1169 m d'altitude.

CHÂTEAUX ET FORTIFICATIONS

Le château de Wildenstein se dresse au-dessus de Bubendorf en bordure d'un bois de chênes. Le canton reçoit ses hôtes de marque dans le château d'Eberrain. Les ruines des forteresses de Farnsburg près d'Ormingen, Waldenburg et Homburg offrent de superbes points de vue.

RANDONNÉES DANS LE JURA

De Waldenburg à Belchen, de Laufen via Blauen à Aesch, de Wenslingen à Zeglingen.

Conseils et informations sur baselland-tourismus.ch. Une carte d'excursions et de randonnées peut être obtenue gratuitement au 061 927 65 44.



Fromage Suisse. De doux à corsé.

Laissez parler votre bon goût.
Savourez vos fromages préférés.



Suisse. Naturellement.

Notre Fromage Suisse.
www.fromagesuisse.ch





Le comité d'organisation de la longue table de Liestal.

Textes, Dominique Thommen — Photo, DR

Liestal se met à table

Le 25 septembre prochain, la Rathausstrasse, la rue de l'Hôtel de Ville de la petite ville de Liestal sera le théâtre d'un événement culinaire exceptionnel. Une table de fête ! Mieux, 70 tables seront dressées entre le Törli et le gouvernement cantonal. 700 convives pourront s'y attabler dès midi, pour une sarabande gourmande exclusivement dédiée aux spécialités de Bâle-Campagne. Des « Laubfröschen », (des « reinettes »), soit des boulettes de viande en feuilles de blettes seront accompagnées d'épeautre et de carottes glacées. On poursuivra avec une déclinaison de mirabelles. Des mets apprêtés et servis par « Brüderli-Gastronomie » du restaurant Kaserne, en collaboration avec les restaurants Engel, Schützenstube, Mooi et Herzlich. Liestal sera la Ville du Goût.

Longue de 200 mètres, cette table éphémère se veut festive, mais pas exclusive : ainsi, les convives prendront place sur des bancs de fête foraine. Ce qui n'empêchera pas les 70 tables de dix places

d'être nappées de tissu. L'on y mangera et l'on y boira dans de la porcelaine et du verre. Aux adultes, le Cave Siebe-Dupf, à Liestal, proposera des vins médaillés de Bâle-Campagne, blancs et rouges. Et pour les amateurs de bière, la cuvée spéciale « Semaine du Goût » de la brasserie de Bâle-Campagne coulera à flots.

Côté musique, la fanfare municipale donnera la réplique aux musiciens de Viva Cello, ce célèbre festival qui se déroulera à Liestal du 21 au 25 septembre, après cinq ans de pause. L'écrivain Dominik Flammer s'occupera de l'animation. Normal, le menu est tiré de son récent livre « Dinkelreis und Pfefferchirsi » (Riz d'épeautre et cerises au poivre). Dès 14h30, une fête populaire, culinaire et musicale, se poursuivra avec des stands culinaires et des animations diverses.

Bâle-Campagne, au-delà des cerises

L'année de Liestal - Ville du Goût est aussi celle de la parution du nouvel ouvrage de Dominik Flammer consacré aux spécialités de Bâle-Campagne ! Depuis plus de 30 ans, cet auteur et scénariste se passionne pour la nutrition et remet en lumière des spécialités régionales. Son inventaire des spécialités de Bâle et de Bâle-Campagne révèle une étonnante variété de plats : « Bâle-Campagne n'est seulement le pays des cerises, c'est aussi la patrie des mirabelles suisses ». Suivant les années - le saviez-vous ? - entre 60 et 100 % des mirabelles suisses proviennent de Bâle-Campagne. Une région idéale pour cette culture, explique l'auteur.

Son ouvrage paraît cet automne chez l'éditeur argovien AT-Verlag. Son titre : « Riz d'épeautre et cerises au poivre » annonce 240 pages d'écrits et d'images consacrés à des rencontres avec 80 producteurs de Bâle-Campagne et à leurs produits. La sortie officielle aura lieu le 25 septembre 2016... tout naturellement sur la table géante de Liestal.

Theres et Markus Dettwiler

La plus raffinée des recettes n'est d'aucun secours si la qualité des produits ne suit pas. À Ormalingen, Theres et Markus Dettwiler, marraine et parrain de la Semaine du Goût, en font la démonstration.

Il est midi en ce jeudi de février, et le paysage vallonné de Bâle-Campagne sent déjà le printemps. Vacances de carnaval obligent, le magasin de la ferme de Farnsburg garde porte close. Mais les festivités qui battent leur plein de Gerlterkinden jusqu'à Bâle n'empêchent pas les habitués de venir jeter un coup d'œil au réfrigérateur en libre accès. En ces jours de forte demande, il n'offre plus qu'un maigre choix: quelques saucisses de Galloway ou de bison, des morceaux de lard et trois côtelettes de porcs élevés en plein air. Le tout impeccablement emballé sous vide et étiqueté.

À quelques pas de là se dressent les vastes étables. Et entre-deux, un sentier conduit aux ruines de Farnsburg, dont les impressionnants vestiges trônent sur un éperon rocheux. C'est un but d'excursion apprécié des promeneurs qui ne craignent plus les baillis mais qui n'en sont pas moins surpris de rencontrer un bison au détour du chemin. C'est l'heure de la pause, et les animaux se rassemblent près de l'étable. Naguère encore menacés d'extinction, les bisons d'Amérique ont résisté à toutes les tentatives de domestication. Mais ici, à la

ferme, ils disposent d'un vaste espace de liberté.

La qualité plutôt que la quantité

Côté sud, ce sont les génisses Galloway qui se consacrent à une balade contemplative. Cette ancienne race écossaise se distingue par sa robustesse et sa fourrure épaisse. Les bœufs et les buffles

— Nous demeurons fidèles à nos principes

vivent à loisir à l'intérieur ou à l'extérieur, car leur pelage les protège de la chaleur comme du froid.

Dans une partie de l'étable, dix ou vingt porcs rustiques se sont mis à l'aise dans la paille. Les uns sous un couvert, les autres à l'air libre. Paisibles, ils grognent en une aimable conversation porcine, qu'interrompt parfois un petit couinement, lorsqu'une truie se fraie un passage.

Markus et Theres Dettwiler ont procédé à la reconversion de leur ferme il y a plus de vingt ans: « Tout s'est décidé alors que

j'observais une douzaine de porcelets en me disant que couvrir les coûts de leur croissance reviendrait à leur coller à chacun un billet de dix francs sur le dos », explique le paysan qui a grandi à la ferme de Farnsburg. Dans les années 1990, les Dettwiler élevaient des génisses et des cochons. Ils cultivaient également des céréales. « Un jour pourtant, nous avons inversé la vapeur en renonçant à compenser les prix minimaux par la surproduction. »

Le paysage vallonné, dont les champs et les forêts s'étagent entre 650 et 700 mètres d'altitude, se prête particulièrement bien à l'élevage. Markus et Theres Dettwiler ont commencé par ouvrir les portes de leurs étables. Et très vite, ils ont constaté que la croissance rapide des porcs se faisait au détriment de leur aptitude à la vie en plein air. Markus Dettwiler a entrepris un retour en arrière par des croisements avec d'anciennes races, comme le cochon de Souabe-Halle. Ses efforts ont été couronnés de succès. Les cochons blancs (aux oreilles dressées) et les porcs rustiques (aux oreilles pendantes) ont retrouvé la vigueur et la souplesse de leurs ancêtres. Il suffit de les observer s'amu-



La céréale précieuse.



Le PurEpeautre – une graine suisse authentique

Laissez la fantaisie entrer dans votre fournil avec PurEpeautre! Pains, tartes ou desserts, aucune limite ne s'impose à l'utilisation de cette céréale ancestrale suisse au goût unique et incomparable. Les grands chefs et les gourmets misent de plus en plus sur des produits du terroir avec un goût spécifique. C'est le cas du PurEpeautre: la céréale rustique suisse, cultivée avec soin par des paysans engagés.

Seuls les anciennes variétés d'épeautre, qui n'ont pas été croisées avec du blé, sont cultivées pour la marque PurEpeautre. Cette production sous contrat est réalisée par des agriculteurs IP-Suisse ou Bio Suisse.

Le livre de cuisine «Créations du four» nous propose des recettes afin de concocter des plats sains et savoureux. Illustré par des images alléchantes, les recettes nous mettent l'eau à la bouche bien avant d'enfiler le tablier. En plus, divers portraits d'agriculteurs, de meuniers et de boulangers nous racontent également l'histoire de l'épeautre Suisse, pur et authentique.



A commander par téléphone au
034 409 37 38 ou en ligne:

purepeautre.ch





ser dans dix centimètres de neige fraîche pour comprendre ce que signifie le respect des besoins des animaux.

Autrefois plus chère que la viande de veau

Domestiqué depuis plus de dix millénaires, le cochon n'est devenu un produit de masse à bas coût qu'avec la rationalisation de l'agriculture. Une esquisse de vitrail réalisée par Hans Holbein le Jeune vers 1518 montre un porcher qui conduit son troupeau à travers une forêt. Les animaux apparaissent étonnamment maigres et on devine illico qu'ils sont les descendants des sangliers. Pendant longtemps, le prix de la viande de porc était plus élevé que celui du veau. À la fin du XIX^e siècle, le prix d'une truie porteuse pouvait atteindre 1000 francs dans la vallée du Rhin saint-galloise: soit

l'équivalent de 30 salaires mensuels d'un artisan. Qu'en est-il aujourd'hui? La moitié des cochons suisses peuvent s'ébattre en plein air. L'autre moitié vit dans des halles, sans jamais voir le soleil. «Une vie sans soleil? Impossible, nous avons tous besoin de soleil», s'exclame Markus Dettwiler.

Lui ne vise pas une production maximale en un temps record. Il cherche au contraire à mettre sur le marché la meilleure viande possible en accord avec les principes de l'écologie. Ses cochons grandissent plus lentement, ils vivent à l'extérieur même l'hiver et ils sont prêts à l'abattage plus tardivement que les cochons d'engraissement, vers huit ou neuf mois. La boucherie de la ferme, c'est le domaine de Theres Dettwiler. Sous sa direction, cochons, génisses et bisons

sont découpés et désossés sur place, puis vendus. Ici, tout concorde pour assurer une réelle valeur ajoutée.

Mais auparavant, plusieurs étapes sont nécessaires. Les porcelets proviennent de l'institution de Dietisberg au-dessus de Läufelfingen. Ils sont d'abord élevés en stabulation libre, puis lâchés dans la grande prairie, avant de rejoindre une aire de foussement et de retrouver l'étable pour le dernier engraissement. À chaque déménagement, Markus Dettwiler charge les animaux dans sa camionnette où du fourrage est disposé. Cet environnement familial éveille leur curiosité et évite toute réaction de panique avant l'abattage.

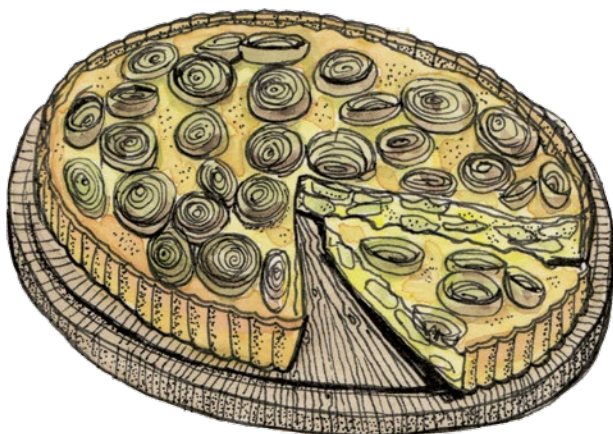
Vente directe et haute gastronomie

Vendu aux grands restaurants, le «porcelet d'Ormalingen» s'est forgé une renommée dont même les cochons de race ne bénéficient pas. Leur régime complété d'herbes, leur poids et le moment de leur abattage font partie des facteurs qui assurent la qualité requise. Ainsi la viande de porc s'est hissée sur la carte des meilleurs établissements de Suisse. Quand Gérard Rabaey a été nommé Cuisinier de l'Année 2004, le porcelet d'Ormalingen - lard et rôti -, figurait au menu de son restaurant.

Markus et Theres Dettwiler écoulent désormais 90% de leur production par la vente directe dans le magasin de la ferme, sur les marchés de Sissach et d'Aarau, et par envoi dans tout le pays. Leur assortiment se compose exclusivement de produits carnés: depuis la charcuterie, la viande hachée, le ragoût, jusqu'aux escalopes, au rôti et au filet, tout provient de la ferme. «Nous demeurons fidèles à nos principes», précise Theres Dettwiler. «Nous ne travaillons que les animaux de notre propre ferme et, depuis 2014, nous louons aussi un abattoir.»

Le Plat préféré de...

Humoriste, présentateur vedette, sportive de haut vol, politicien ou grand patron de l'Ecole hôtelière de Lausanne, tous ont en commun un génie certain pour se nourrir en toute simplicité avec un budget limité. Ils nous ont aimablement livré leurs recettes à moins de 10 francs pour quatre personnes.



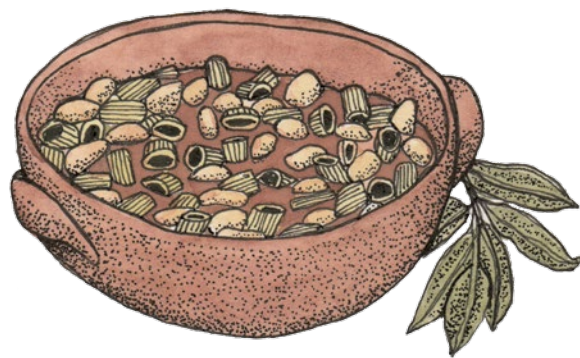
Kurt Aeschbacher

**Présentateur vedette
Suisse alémanique**

Une savoureuse simplicité

« Ma mère préparait les meilleures quiches de la terre! Les jours où elle partait voir des amies, mon père et moi n'avions qu'à enfourner brièvement les tartes aux légumes qu'elle nous avait concoctées: c'était le menu de nos repas entre hommes. » Kurt Aeschbacher, présentateur vedette de la télévision alémanique et ambassadeur de l'Unicef, continue à en préparer volontiers. « 10 francs, pour quatre personnes... voilà un pari serré. Juste de quoi faire une pâte (que l'on peut aussi

acheter au supermarché), la garnir de crème, de muscade et de fromage râpé. Pour les cubes de lard, le budget ne suffira sans doute pas... ». Par contre, en profitant des prix avantageux de fin de journée, on y ajoutera du végétal: « Du poireau, par exemple. Mais tout autre légume fera l'affaire », explique Kurt Aeschbacher en évoquant le parfum irrésistible de la quiche au sortir du four: « Mes amis végétariens adorent! ».



Ignazio Cassis

Président de l'association tessinoise
Fourchette Verte et membre du Conseil
de la Fondation pour la Promotion du Goût

L'équilibre rustique

« Jeune étudiant, j'ai découvert cette recette typiquement italienne et paysanne, qui m'a permis d'épater mes amies », se souvient Ignazio Cassis. Médecin et Président du groupe parlementaire PLR à l'Assemblée fédérale, il l'apprécie toujours : « En tant que président de l'association tessinoise Fourchette Verte, je suis aussi sensible au fait qu'elle est compatible avec ce label qui valorise une gastronomie saine et équilibrée ». La recette ? Détailler un oignon, deux carottes,

une branche de céleri et les mettre dans une grande poêle. Les mouiller au bouillon. Puis ajouter 150g de tomates pelées en dés, une cuillère de sauce soja, une feuille de laurier et 100g de haricots borlotti. Faire cuire quelques minutes, puis ajouter 200g de pâtes et laisser cuire dix minutes en ajoutant petit à petit du bouillon. Ajouter à nouveau 100g de haricots, ainsi qu'une courgette émincée. Bien chauffer, puis servir avec un filet d'huile d'olive. C'est irrésistible !



Sarah Meier

Patineuse artistique



Du sain et du croquant

« Comme nous sommes l'un et l'autre très occupés, nous cuisinons généralement des plats rapides, mais sains », explique, Sarah Meier, 31 ans, patineuse artistique à Bülach, championne d'Europe en 2011, lorsqu'elle évoque leur régime alimentaire, à elle et à son ami Jan van Berkel, 29 ans, triathlète. « Le soir, nous préparons souvent des plats à base d'œufs, omelettes ou œufs brouillés avec du jambon, de la tomate, du fromage et des herbes fraîches, par exemple. Et pour ré-

pondre aux grandes faims, nous nous offrons quelques tranches de pain croustillant ». Même pour un repas à quatre, entre amis, le couple de sportifs de haut niveau opte très volontiers pour des œufs : « Les œufs au plat accompagnés de roestis font partie de nos repas préférés. » Et comme le souci de manger sain reste central : « En entrée, nous préparons une croquante salade verte ». C'est bon, simple, rapide et bon marché !



Foto: © Ralph Feiner, Chur, Installation «Kreise» Huber Huber

10. | 11.9.2016

www.hereinspaziert.ch
www.venezvisiter.ch



Europäische Tage des Denkmals | **Oasen**
Journées européennes du patrimoine | **Oasis des villes,
oasis des champs**
Giornate europee del patrimonio | **Oasi**
Dis europeics dal patrimoni | **Oasas**

Die Fachstellen für Archäologie und Denkmalpflege, die Nationale Informationsstelle zum Kulturerbe NIKE sowie weitere am Kulturerbe interessierte Organisationen und Personen laden Sie herzlich ein. Bestellen Sie die kostenlose Programm-Broschüre.

Les services d'archéologie et des monuments historiques, le Centre national d'information sur le patrimoine culturel NIKE ainsi que d'autres organisations ou personnes s'intéressant au patrimoine culturel vous invitent cordialement. N'hésitez pas à commander la brochure gratuite.

I Servizi specializzati per l'archeologia e i monumenti storici, il Centro nazionale d'informazione sul patrimonio culturale NIKE come anche altri enti e persone interessate al patrimonio culturale vi rivolgono il più cordiale invito. Ordinate il programma gratuito.

Il servetschs spezialisads per l'archeologia e tgira da monuments, il Center nazional d'infurmaziun davart il patrimoni cultural NIKE ed ulteriuras organisaziuns e personas che s'interessaschan per il patrimoni cultural As envidan cordialmain. Empustai il program gratuit.

info@nike-kulturerbe.ch | 031 336 71 11



Brigitte Rosset

Humoriste

L'enfance revisitée

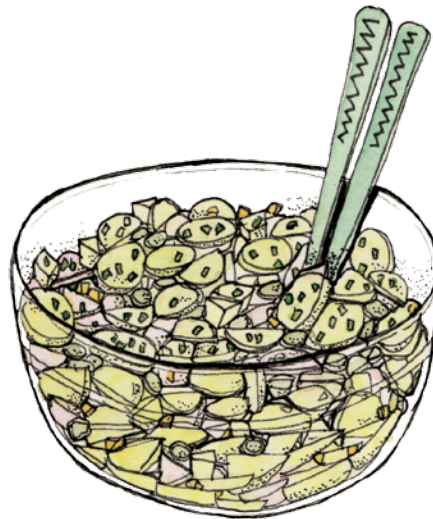
«Si je dois faire un plat pour 4 personnes avec un budget de 10 francs maximum, alors, sans hésitation, je me lancerai dans les divines cornettes au jambon de bonne-maman, ma si jolie et douce grand-mère paternelle. Elle envoyait «son Eddy», mon extraordinaire grand-papa, acheter le jambon à l'épicerie du village. Il le réclamait coupé très fin comme des feuilles de cigarettes». L'épicier s'exécutait bien volontiers: «Mais bien entendu, comme d'habitude Monsieur Rosset.»

Sur le chemin du retour, notre chère humoriste et son grand-papa prenaient encore un bon morceau de Gruyère pour agrémenter la recette, et faisaient un détour par le café du village. «J'adorais ces moments, où, juchée sur mon tabouret de bar, je sirotais ma grenadine, fascinée par l'atmosphère de l'apéritif villageois. Les cornettes au jambon, c'est l'enfance, la chaleur, la douceur, et le réconfort. C'est bourré de calories, mais de celles qui ne laissent que de bons souvenirs.»



Michel Rochat

CEO Ecole hôtelière de Lausanne
et membre du Conseil de la Fondation
pour la Promotion du Goût



Une madeleine de Proust bien helvétique

«Le cervelas, c'est ma madeleine. Il est lié à bien des souvenirs: le cervelas en gelée et salade russe de mes grands-parents, le cervelas grillé des courses d'école. Les grillades en famille.» La préférence du grand patron de l'EHL va indéniablement à une salade de cervelas s'il doit serrer son budget. La recette? Simple et efficace: 1c.s. de moutarde en grains, 1 noisette de Cenovis, 2 traits de Maggi, 2 c.s. de vinaigre de vin blanc, 4c.s. d'huile de colza, sel, poivre aromatisé «Pepe Valle

Maggia», 1 oignon haché, 1 botte de ciboulette grossièrement ciselée du jardin ainsi qu'une pomme rouge du jardin coupée en dés, mais non pelée, afin d'apporter de la couleur. 4 cervelas partagés dans la longueur en tranches de 5 à 7 mm, 250g de Fontine en dés d'un cm, 10 cornichons en fines tranches, 1 carotte en dés, 600g de petites pommes de terre cuites, coupées en rondelles de la même épaisseur que les tranches de cervelas.

Quatre millions d'arbres pour la planète

Le projet « Plant for the Planet » a pour objectif de préserver la biodiversité. Grâce au soutien de Slow Food et du groupe AccorHotels, plusieurs centaines de pommiers et de noisetiers ont pris racine en Suisse. Avec la promesse, demain, de produits de haut vol...

Il vous est certainement arrivé, lors de séjours à l'hôtel, d'être sensibles aux petits panneaux incitant à conserver vos serviettes afin d'éviter des lessives inutiles. Bravo. Si c'était un hôtel du Groupe AccorHotels, vous avez contribué sans le savoir à faire reflourir quelques très beaux vergers, en Suisse et dans le monde. Mais encore? On vous explique.

Direction la campagne fribourgeoise. Au pied du château moyenâgeux de Rue, vision de carte postale, montagnes enneigées en arrière-plan et vergers exubérants en pleine floraison. Huit cents jeunes arbres ont été replantés ici ces dernières semaines: une cinquantaine de variétés à mi-tige, anciennes, rares, voire totalement anachroniques arborant souvent des noms charmants. Rose de Thorny, reinette ananas et autre pomme de fer: les fruits à venir sont destinés à la cidrerie du Vulcain, en Sarine voisine.

À une cinquantaine de kilomètres de là, au pied du Jura, changement de décor: Cottens abrite un projet de tout autre nature. Au Domaine familial du Château

-70 hectares cultivés traditionnellement en céréales, colza et betteraves - un jeune agriculteur dynamique en quête de diversification a planté un millier de jeunes noisetiers. Pas franchement spectaculaires pour l'heure, ces frères baguettes devraient permettre d'ici quelques années de presser au Moulin de Sévery la première huile de noisette 100% suisse.

Ces deux vergers ont en commun d'avoir été réalisés dans le cadre du programme de réutilisation de serviettes « Plant for the Planet » du Groupe AccorHotels. À ce jour, plus de quatre millions d'arbres plantés dans le monde à l'initiative de la Fondation PUR Projet. En collaboration avec des producteurs et des entreprises, celle-ci a pour objectif de préserver la biodiversité et de lutter contre le changement climatique. Vaste chantier à l'échelle globale, Plant for the Planet est soutenu par le Groupe AccorHotels. En Suisse, 95% des établissements du groupe participent au programme Plant for the Planet, tandis que Slow Food Suisse s'occupe de sa mise en œuvre et des aspects concrets.

« Les programmes visant à préserver le paysage ne manquent pas en Suisse, relève Alessandra Roversi, responsable du projet pour Slow Food. Les associations qui veillent à la biodiversité sont elles aussi nombreuses, que l'on songe à Pro Specie rara, Fructus, Rétropommes, Hochstamm Suisse notamment; en revanche, pour ce qui est de valoriser les produits, on est très en retard. On dépense une énergie folle à conserver notre patrimoine, mais ensuite le consommateur lambda ne sait pas où acheter ces 36 variétés de pommes et de poires menacées... »

Une huile de noisette 100% suisse

La démarche des deux producteurs évoqués ci-dessus s'inscrit ainsi dans la droite ligne de Slow Food. Le premier, Jacques Perritaz, biologiste de formation avec une connaissance et une sensibilité incroyable de l'écosystème, avec son approche parcellaire, biodynamique, puriste du cidre - qu'il élève à la manière des grands crus naturels.

Le second, Julien Bugnon, porté par la passion et la curiosité jusque dans le Sud-Ouest, pour regarder et apprendre



chez des collègues, sa volonté de se diversifier tout en réinventant un produit local. Après avoir collaboré avec Jean-Luc Bovey, de l’Huilerie de Sévery, pour maintenir la production d’huile de noix suisse, désormais valorisée par le label « Presidio » de Slow Food, Julien Bugnon a fait le pari de la proximité et de la qualité en plantant des noisetiers.

« C’est un défi pour un agriculteur », souligne son complice de Sévery Jean-Luc Bovey: le noisetier ne se trouve guère qu’à l’état sauvage chez nous, sur les berges des ruisseaux, où il produit un an sur deux. Voire dans les jardins privés. La Suisse ne connaît pas véritablement de tradition de l’huile de noisette, contrairement à l’huile de noix, que des sources historiques mentionnent dès 1598 à Sévery. Quant aux huileries, si le canton en comptait encore septante à la fin de la Deuxième Guerre mondiale, l’industrie a aussi eu raison de cette tradition. »

Valoriser la production locale

A l’heure actuelle, le Moulin de Sévery est contraint d’importer des noisettes de Turquie, mais on espère que les récoltes

locales permettront de couvrir la demande: « A terme, nous souhaiterions renoncer aux importations, pour valoriser l’entier de la production de noisettes de Cottens ». C’est désormais le cas des 200 tonnes de noix pressées au moulin, exclusivement suisses.

Les noisetiers ne sont certes pas une essence typique de la région. Pourtant le climat du Plateau devrait leur convenir, estime Julien Bugnon, qui a potassé son sujet et est allé s’informer dans les principales régions productrices françaises. « Par crainte des gelées de printemps, nous avons opté pour une variété tardive. »

La proximité étant un des premiers critères de qualité pour les fruits secs, la noisette vaudoise devrait remplacer avantageusement celle importée de Turquie ou du Piémont », estime le producteur.

La première récolte, en septembre prochain, est attendue impatiemment. « Si les noyers mettent au minimum six ans à produire, le noisetier devrait



Biologiste de formation, Jacques Perritaz produit des cidres artisanaux à l’enseigne de la Cidrerie du Vulcain.

Huit cent pommiers de variétés anciennes ont été replantés à Rue, grâce au soutien de Slow Food et du groupe AccorHotels.



Agriculteur en quête de diversification, Julien Bugnon a planté un millier de jeunes noisetiers à Cottens.

D'ici quatre ans, ces frêles arbustes devraient atteindre les deux tiers de leur rendement...

se révéler un peu plus précoce. Dans le Bordelais, on dit que la première année, tu peux espérer faire un gâteau, la suivante en offrir un autre à ton voisin; au bout de quatre ans, le noisetier atteint en principe les deux tiers de son rendement».

Un patrimoine à faire revivre

De son côté, Jacques Perritaz s'est lancé dans l'aventure du cidre au début des années 2000, d'abord sur son temps libre, et en « tâtonnant beaucoup ». Enfant de la région, passionné par le monde du vin, il a longtemps œuvré à la préservation de l'environnement en tant que biologiste, avant de revenir à ses racines sarinoises. Il se souvenait avoir vu des centaines de variétés de pommiers et de poiriers à hautes tiges, peu ou pas exploités du tout, disséminés dans tout le canton de Fribourg comme en Thurgovie, survivance de traditions oubliées. « Aujourd'hui, le cidre n'est plus guère produit que par deux cidreries industrielles, implantées en Suisse alémanique ».

Jacques Perritaz s'est attelé à faire revivre ce patrimoine miraculeusement

préservé: « ces vieilles variétés à hautes tiges sont porteuses de parfaits fruits à cidre, telle la pomme de fer ou BohnApfel, avec ce qu'il faut d'acidité, d'astringence et de tanins pour donner naissance à des jus étonnants ».

Ses premiers flacons sont nés à la façon des vins de garage, dans le sous-sol d'une vieille tuilerie de brique en forme de caparnäum, la future cidrerie du Vulcain.

Tout commence toujours par un gros travail au verger: cueillette, tri, sélection. En attendant que les jeunes arbustes de Rue portent leurs premiers fruits, il en achète aux quatre coins du canton, allant jusqu'à les cueillir lui-même pour s'assurer de l'intégrité et de la maturité des fruits. La production de ces arbres à hautes tiges, sauvages ou laissés à l'abandon, est totalement imprévisible, connaissant des années fastes et d'autres improductives. Aucun traitement, même s'il n'a pas la certification bio, en raison de la dispersion et de la multiplicité des lieux.

Jacques élabore du reste ses cidres selon la philosophie des vins naturels; levures

naturelles, fermentation lente et prise de mousse sans ajout de gaz carbonique, entrecoupée de plusieurs filtrations légères, ajout d'une enzyme (naturelle et bio) pour faciliter la clarification et d'une dose minimaliste de soufre (15mg), indispensable au moment de la mise, aucun dosage et dégorgement à la volée pour certaines cuvées de luxe...

La mise en bouteilles se fait entre janvier et avril, selon le mode d'élaboration: brut (cidre de fer), demi-sec, doux (premiers émois), poiré liquoreux (concentré par le froid), cuvée trois pépins, mariant pommes, poires et coings - en tout sept cuvées, pour une production annuelle de quelque 40'000 bouteilles.

Richesse d'arômes étonnante

L'évolution de ces crus débouche sur une variété et une richesse d'arômes étonnante. Le poiré évolue sur des notes de caramel au beurre salé, certaines cuvées mettant plus longtemps à exprimer leur potentiel, tel le millésime 2009 de Premiers émois, qui prend des notes florales, tropicales, une patine.

Ces cidres de gastronomie se trouvent rapidement chez de petits cavistes et de très grandes tables, de l'Hôtel de Ville à Crissier au Terminus à Sierre, mais les trois quarts de la production de la Cidrerie du Vulcain sont désormais exportés: Japon, Australie, Danemark, Suède, Norvège...

À l'instar du Normand Eric Bordelet, référence en la matière, « Jacques Perritaz s'est lancé à faire du cidre comme d'autres produisent de grands crus », relève Alessandra Roversi.

Des économies réinvesties

Quant au groupe AccorHotels Suisse, il a investi plus de 100'000 euros entre 2013 et 2015 pour un projet forestier dans la région de Davos. « Après l'avoir mené à terme, nous cherchions un nouveau partenaire et c'est ainsi qu'a débuté la collaboration avec Slow Food », explique Pascal Aeberhard, directeur marketing



Après l'huile de noix, la première huile de noisette 100% suisse sera produite à Sévery.

du groupe AccorHotels, à Zurich. Soucieux de développement durable, le premier groupe hôtelier mondial s'engage depuis 2009 dans des projets de reforestation et d'agroforesterie. « Le programme « Plant for the Planet » incite nos hôtes à réutiliser leurs serviettes, permettant des économies de blanchisserie. Ces économies, nous en réinvestissons 50% en plantant des arbres, dans les pays où se trouvent nos hôtels. L'objectif étant de développer des projets locaux. Enfin, c'est également une manière de réduire la consommation d'énergie, de lessive, d'eau et par conséquent notre empreinte environnementale », souligne Pascal Aeberhard.

Ces success stories sont « intéressantes sur le plan écologique et permettent de valoriser des produits uniques sur le marché », estime encore Alessandra Roversi. Slow Food est en quête d'autres projets originaux, agro-écologiques, en relation avec des variétés et des savoir-faire anciens et lance un appel à projets.



Les cidres et poirés du Vulcain ont séduit la gastronomie.

Agenda

27 août, congrès bisannuel des membres de Slow Food Suisse, à Bâle.

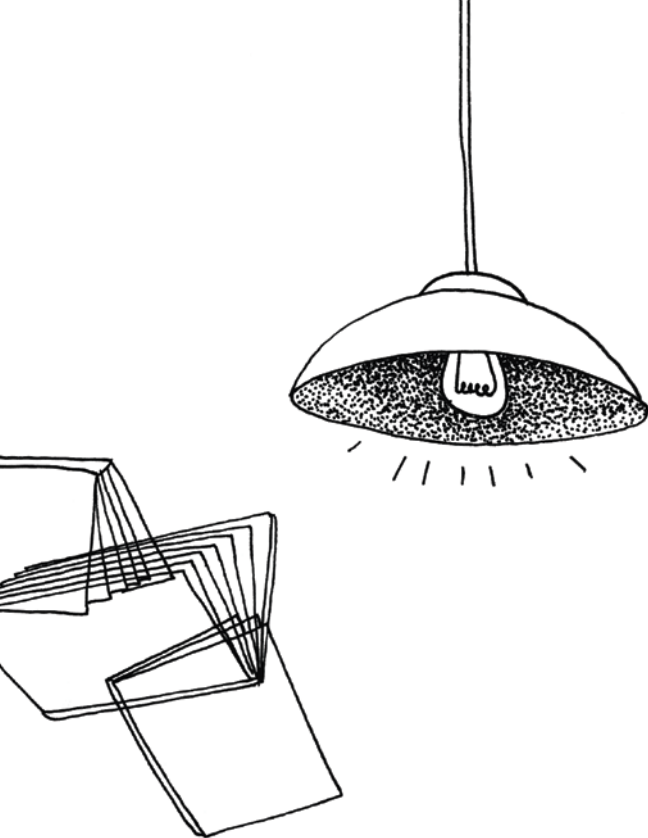
22 au 26 septembre, pour la première fois le Salone del Gusto/Terra Madre se tiendra dans les parcs et immeubles historiques de Turin. Ne manquez pas cette nouvelle formule!

www.salonedelgusto.com

18 au 20 novembre, Slow Food Market Zurich avec des dizaines de productrices et producteurs de toute la Suisse et des Presidi internationaux invités. www.slowfoodmarket.ch

Devenir membre

Aidez-nous à développer des projets similaires pour une alimentation bonne, propre et juste. Rejoignez un groupe local de membres pour échanger expériences et savoir-faire et participer aux nombreuses rencontres et découvertes proposées chaque mois. www.slowfood.ch



Tout sur les perches, le génépi et... le Grüükts Utter

À CROQUER! LA COLLECTION
« PATRIMOINE CULINAIRE SUISSE »
EST PRÊTE À LA DÉGUSTATION.

Le premier tome de la collection « Patrimoine culinaire suisse » a paru en automne 2012. Le cinquième et dernier volume vient de sortir de presse ce printemps sous la plume de Paul Imhof. Il complète cette série d'ouvrages qui recensent plus de 400 produits. Les uns, comme le cervelas ou le Gruyère, sont unanimement appréciés dans tout le pays.

D'autres, plus confidentiels, se profilent en trésors régionaux à découvrir, comme l'Urner Dirrs (une saucisse de veau uranaise), ou le chèvre de Genève.

De l'immuable pain d'épices aux incontournables de l'industrie alimentaires que sont l'Aromat ou le Nescafé, le patrimoine culinaire helvétique se décline en richesses insoupçonnées. Détaillé, concis et gourmand, Paul Imhof décrit chaque produit en l'émaillant d'anecdotes. Et chacun des volumes de cette collection se profile en guide de voyages culinaires dédié aux bonnes choses.



Patrimoine culinaire suisse

MINIATURES DE PAUL IMHOF,
RECETTES DE MARIANNE KALTENBACH
ET TABLEAUX CULINAIRES
DE HANS-JÖRG WALTER, MARKUS ROOST
ET ROLAND HAUSHEER

Echtzeit-Verlag, Bâle
www.echtzeit.ch

TOME 1: Argovie, Lucerne, Nid- et Obwald, Schwyz, Zug, Zurich

TOME 2: Berne, Jura, Soleure, Bâle-Campagne, Bâle-Ville

TOME 3: Appenzell Rhodes-Intérieures et Extérieures, Saint-Gall, Schaffhouse, Thurgovie

TOME 4: Glaris, Grisons, Grigioni italiano, Ticino, Uri

TOME 5: Fribourg, Genève, Neuchâtel, Valais, Vaud

Les tomes 1 à 3 coûtent env. 29 francs ;
les tomes 4 et 5 env. 34 francs.

La série complète coûte 129 francs sur le site
www.echtzeit.ch

Légumineuses, aliments du futur

Gloire aux fabacées! 2016 a été déclarée année internationale des légumineuses par l'Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture.

Riches en protéines et autres nutriments excellents pour la santé, elles ont l'avantage d'être bon marché et écologiques aussi. Leur culture favorise le renouvellement naturel des sols. Une véritable alternative à la viande qui tombe décidément à pic. En plus d'enrichir la terre en azote, les lentilles et légumineuses participent à la libération du phosphore présent naturellement dans le sol, limitant ainsi la nécessité d'utiliser des engrais. Certains voient en elles l'aliment du futur, à même de limiter l'élevage polluant. Très résistantes, les légumineuses ont la faculté de s'adapter aux changements climatiques. Le réchauffement de 1 ou 2 degrés ne leur fait pas peur, même si cela ne doit absolument pas être une excuse pour continuer à polluer la planète.

Des millénaires au compteur

Si elles sont stars parmi les stars en cette année 2016, les lentilles et autres légumineuses sont cultivées depuis près de 10'000 ans. Nées dans le croissant fertile du Proche-Orient, elles ont ensuite été diffusées en Inde, en Afrique du Nord, en Europe, puis en Amérique.

Très populaires dans les traditions culinaires orientales, elles sont servies au

quotidien en Inde sous forme de dhal. Au Liban, elles entrent dans la composition du moujadara. Du Maghreb à l'Asie du Sud, en passant par les Balkans et l'Europe de l'Est, on les consomme souvent en soupes agrémentées ou non de viande. Le houmous, qui allie purée de pois chiche et pâte de sésame, se retrouve souvent sur les tables arabes ou juives.

Les légumineuses sont également cultivées en Suisse. La ferme Courtois sur les hauts de Versoix est le leader en la matière.

Bon à savoir

CUISSON SANS SEL

Compter 50 à 60 g de légumineuses (poids sec) par personne pour un plat principal. Ne pas saler l'eau de cuisson. Éviter aussi les condiments acides (jus de citron, vinaigre, tomate) qui durcissent la membrane externe des légumes secs et empêchent la cuisson à cœur.

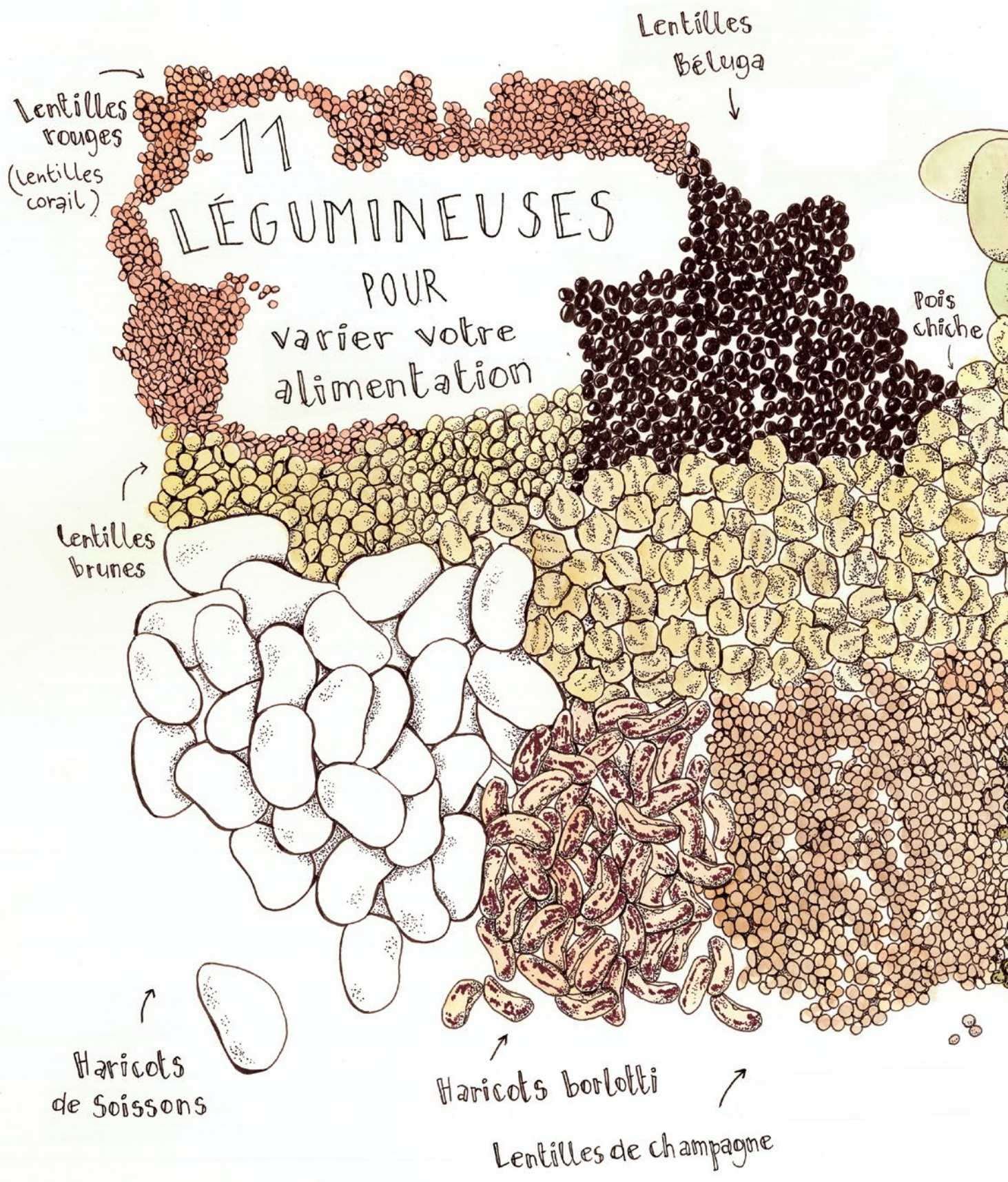
MAXIMISER LES VERTUS

Les légumineuses sont riches en fer. Pour en favoriser l'absorption par l'organisme, il convient de consommer un aliment truffé de vitamine C durant le même repas et d'éviter le thé, le café et les boissons gazeuses. Pour augmenter l'apport en protéines d'un repas comportant des légumes secs, y associer des céréales (riz, blé ou pain).

PARADES AUX FLATULENCES

Faire tremper les légumineuses au réfrigérateur plutôt qu'à température ambiante et jeter l'eau de trempage. Éviter de consommer des mets sucrés au cours du même repas.





LÉGUMINEUSES

POUR
varier votre
alimentation

Lentilles
rouges
(lentilles
corail)

Lentilles
Beluga

Pois
chiche

Lentilles
brunes

Haricots
de Soissons

Haricots borlotti

Lentilles de champagne



Leurs cuissons

FÈVES

trempage: 1 nuit — cuisson: 2 heures

utilisation: salade, soupe, purée

LENTILLES DE SAUVERNY

trempage: aucun — cuisson: 30 minutes

utilisation: salade, petit salé aux lentilles

POIS CHICHES

trempage: 1 nuit — cuisson: 2 heures

utilisation: houmous, couscous, falafels

LENTILLES DE CHAMPAGNE

trempage: aucun — cuisson: 20 minutes

utilisation: purée, salade, soupe

POIS JAUNES

trempage: 1 nuit — cuisson: 3 heures

utilisation: purée, soupe au lard

HARICOTS ROUGES

trempage: 1 nuit — cuisson: 1h 30

utilisation: salade mexicaine, chili con carne

LENTILLES BRUNES

trempage: aucun — cuisson: 25 minutes

utilisation: salade, soupe

LENTILLES ROUGES (CORAIL)

trempage: aucun — cuisson: 20 minutes

utilisation: purée, dhal à l'indienne, soupe

HARICOTS DE SOISSONS

trempage: 1 nuit — cuisson: 2 heures

utilisation: cassoulet, salade, soupe

HARICOTS BORLOTTI

trempage: 1 nuit — cuisson: 1h 30

utilisation: minestrone, crème froide

LENTILLES BELUGA

trempage: aucun — cuisson: 25 minutes

utilisation: salade, avec du jambon ou du saumon fumé

Nous donnons tout pour nos produits régionaux.



Grâce à un engagement de plus d'une décennie, quelque 8000 articles de producteurs régionaux sont en vente aujourd'hui à votre Migros.

MIGROS

M comme Ma région.



On ne copie que ce qui a de la valeur!

Quel chemin parcouru depuis 1999, l'année de création de l'Association suisse des AOP-IGP! Vingt et un produits bénéficient à présent d'une Appellation d'origine protégée (AOP). Et douze peuvent se prévaloir d'une Indication géographique protégée (IGP). C'est un vrai succès pour les producteurs, dont le travail dans les règles de l'art est ainsi reconnu et encouragé. C'est également un progrès pour les consommateurs, qui disposent ainsi de garanties de qualité et d'authenticité lorsqu'ils achètent des produits jusqu'ici trop souvent usurpés.

Trompés, les consommateurs le sont cependant encore. Le rapport du Conseil fédéral du 4 mars 2016 l'atteste: les fraudes restent courantes. Une campagne nationale de contrôle des AOP-IGP ainsi que des dénominations « Montagne » et « Alpage » a en effet révélé que sur 963 établissements et 1'445 produits suisses et étrangers contrôlés, 38% ont fait l'objet de contestations!

On constate que des restaurateurs vendent de la Viande séchée du Valais

IGP qui vient en fait d'ailleurs. On observe des commerçants qui mettent sur le marché des appellations protégées qui ne respectent pas le cahier des charges pour leur fabrication. On remarque des restaurateurs mentionnant du *Parmigiano Reggiano* AOP ou « parmesan » à leur carte qui n'en est pas....

— Si les fraudes demeurent courantes, le renforcement de la crédibilité des AOP-IGP poursuit sa marche en avant.

Les conclusions de l'enquête sont préoccupantes et les chiffres éloquentes. Les contestations concernent notamment 42% des Damassine AOP contrôlées, 39% des Viandes séchées du Valais IGP, 48% du *Parmigiano Reggiano* AOP, 33% des *Feta* AOP.

«Le fait que ce rapport émane du Conseil fédéral donne un poids considé-

nable à ses conclusions et aux encouragements à agir qu'il contient », relève Alain Farine, directeur de l'Association suisse des AOP-IGP. Organes de contrôles, tribunaux, offices fédéraux et cantonaux se trouvent ainsi légitimés à aller de l'avant pour optimiser les mesures de prévention et de répression à l'encontre des fraudeurs.

Ceci d'autant plus que ce sont près de 10'000 exploitations agricoles, 1'400 entreprises, 15'000 emplois et un milliard et demi de chiffre d'affaire qui sont concernés par les quelques 70'000 tonnes de marchandises protégées produites chaque année!

«Cet état des lieux révèle certes des manquements. Mais il va permettre d'agir. Et il confirme aussi qu'on ne copie que ce qui a de la valeur», explique Alain Farine. Voilà qui renforce la crédibilité des AOP-IGP et qui témoigne de leur pertinence et de leur importance pour les producteurs comme pour les consommateurs.



***Glarner Kalberwurst IGP,* saucisse de veau glaronnaise. Une tradition depuis 1846, au moins !**

Une saucisse contenant du pain et du lait, une délicatesse à l'histoire centenaire et mouvementée qui a obtenu l'IGP en 2011.

Dans l'écrin de montagnes qui entoure la vallée de la Linth, l'architecture néo-classique de la ville de Glaris lui confère une noblesse toute particulière. Mais les vénérables maisons à frontons construites après le grand incendie de la ville, en 1861, sont plus jeunes que la saucisse de veau glaronnaise (*Glarner Kalberwurst*) dont la première mention remonte à 1846, et dont la recette est sans doute bien plus ancienne encore.

La recette officielle de cette spécialité qui contient du pain a d'ailleurs fait l'objet de nombreuses controverses. Héritage des périodes de famine pour les uns, elle aurait permis d'allonger la viande, rare au début du 19^e siècle. Pour d'autres, elle serait au contraire un produit de luxe, puisque l'ajout de pain blanc, d'œufs et de lait rend la saucisse plus délicate en bouche et plus fragile à conserver.

Quoi qu'il en soit, sa recette a été officiellement établie en 1920 par déci-

sion de la Landsgemeinde (le traditionnel vote à main levée de la population réunie sur la grande place de la ville). L'aventure de la saucisse de veau glaronnaise n'était cependant pas encore terminée. Car la loi sur les denrées alimentaires interdit les ingrédients non carnés dans les préparations à base de viande! De quoi mettre la *Glarner Kalberwurst* hors la loi. Ce n'est qu'en 1957 qu'une dérogation a rétabli la situation. Aujourd'hui encore, sept bouchers du canton fabriquent ces saucisses uniques, qui ont obtenu l'IGP en 2011.

Parmi eux, Daniel Hösli, 34 ans, représente la septième génération aux commandes de la boucherie en mains familiales depuis 1815. Une entreprise moderne de 20 employés, adaptée aux nouvelles attentes. Autrefois réservées à l'hiver pour des questions de conservation, « c'est à présent en été qu'on en vend le plus, puisque c'est la saison des grillades ».

Avec 14 tonnes de saucisses produites chaque année, la boucherie Hoesli est le plus gros producteur du canton. Ses saucisses blanches sont d'ailleurs vendues jusque dans la région zurichoise: « rarement plus loin, car les frais d'expédition deviennent trop élevés pour un produit peu connu ailleurs et dont la durée de conservation est limitée ».

Pour contribuer à garder bien vive la tradition, à la boucherie Hoesli, on vend aussi des saucisses préparées dans les règles de l'art, soit cuites dans une sauce blanche aux oignons: « les gens ne veulent plus cuisiner, alors nous le faisons pour eux ». À la maison, on les sert ensuite avec de la purée de pommes de terre et une compote de pruneaux secs. Le résultat est merveilleusement gourmand.



L'Etivaz AOP, magie de la montagne.

Disposant d'une AOP depuis l'an 2000, L'Etivaz est une ode aux traditions du Pays-d'Enhaut, et un succès commercial en Suisse comme à l'étranger.

De loin, on entend les sonnailles: c'est la fête à L'Etivaz. En joyeux cortège, des centaines de vaches couronnées de fleurs avancent sur les chemins du verdoyant Pays-d'Enhaut pour célébrer la désalpe et la fin de l'été. Chaque année, à l'automne, la tradition revit. Il y a les appels des vachers, les aboiements des chiens, l'orchestre champêtre et la douceur d'un paysage enchanteur: l'essence d'un fromage, le L'Etivaz AOP.

Du 10 mai au 10 octobre, ce fromage d'alpage au lait cru est fabriqué dans les chalets des Alpes vaudoises. 70 producteurs passent l'été entre 1000 et 2000 mètres d'altitude, et maintiennent ce savoir-faire bien vivant. Le feu de bois crépite. On sent la fumée, la grosse chaudière de cuivre (elle contient jusqu'à 1'000 litres de lait!), grince et pivote pour porter le lait à 57°C. C'est ainsi que ça se fait, depuis des siècles.

Depuis l'an 2000, tous ces gestes et ces procédures sont consignés et im-

muables, puisque cette année-là, le fromage de L'Etivaz est devenu le premier produit alimentaire, hormis les vins, à bénéficier de l'Appellation d'origine protégée (AOP). C'est donc nécessairement sur l'alpage que la fabrication recommence au quotidien. Le lait donne une crème onctueuse et un beurre de montagne aux parfums d'herbes et de fleurs. Caillé à l'aide d'enzymes naturelles, puis brassé et découpé, il se mue en fromage de L'Etivaz AOP.

Tout est fait à la main. À l'aide d'une toile, le fromager récupère la masse solide pour la presser dans un moule. Sur chaque meule est apposée la marque en caséine avec le logo «L'Etivaz AOP». Elle est ensuite numérotée avant d'être transportée à la cave d'affinage de la coopérative, dans le village de L'Etivaz.

Changement de décor: la cave est un bijou de modernité. Les gestes restent, les procédés sont protégés. Mais après le bain de sel, les meules

sont d'abord frottées au sel et retournées tous les jours à la main, pour assurer une bonne formation de la croûte. Ensuite, c'est un robot qui les retourne et qui les soigne pendant au moins cent trente-cinq jours. Il faut le voir à l'œuvre, c'est fascinant! Chaque année, ce sont près de 420 tonnes de L'Etivaz AOP (environ 18'000 meules) qui sont ainsi manipulées avant d'être distribuées en Suisse et dans le monde, principalement en Europe, mais aussi jusqu'à Hong Kong ou en Australie.

Avant d'être commercialisés, les fromages de L'Etivaz AOP sont encore pesés, goûtés et taxés par des professionnels. L'appellation «L'Etivaz AOP» et l'année de production sont gravés au fer rouge sur le talon pour garantir l'authenticité des meules. Une belle aventure qui recommence chaque printemps dans la magie unique du Pays d'Enhaut.

Nous donnons tout pour nos produits régionaux.



Grâce à un engagement de plus d'une décennie, quelque 8000 articles de Producteurs régionaux sont en vente aujourd'hui à votre Migros.

MIGROS
M comme **Ma région.**



Raclette du Valais AOP, **tradition et volupté.**

La raclette au feu de bois est incomparable. En portions individuelles, elle reste délicieuse: le Raclette du Valais AOP fait de chaque repas une fête ludique et conviviale.

Le Raclette du Valais AOP est un concentré des paysages grandioses du Valais. Il est produit avec le lait des vaches qui se nourrissent des herbes, des fleurs et du foin provenant des prairies pentues qui escaladent les montagnes valaisannes. Chaque jour, les paysans apportent le lait à la fromagerie où il sera transformé. Visite de la fromagerie d'Etiez, à Vollèges. Une coopérative moderne qui traite quelque 1'600'000 kilos de lait par an, sept jours sur sept et toute l'année.

Traditionnellement, les vaches produisent du lait de novembre à juillet; l'automne sert au repos. Mais à présent, certains agriculteurs ont déplacé la lactation de leurs vaches. « C'est ce qui nous permet de produire du fromage toute l'année, en particulier l'automne en vue des fêtes de fin d'année », explique Alain Pellissier, 31 ans, technologue en industrie laitière (et guide de montagne lorsqu'il est en congé). C'est lui qui dirige la fromagerie d'Etiez depuis 2009. Une coopérative de seize producteurs de lait.

Une fromagerie modèle, aussi, qui produit diverses pâtes mi-dures du Val de Bagnes, mais surtout le Raclette du Valais AOP.

« Nous allons chez les producteurs chercher le lait tous les jours », raconte Alain Pellissier. Voilà la camionnette, justement. Aussitôt, par un tuyau, le lait s'écoule jusque dans la grande bassine de cuivre de 4'000 litres de la fromagerie.

Dans la cuve, le lait est chauffé au bain-marie à 32°C, puis, comme le veut la tradition, il est caillé, coupé, remué. Modernité des installations oblige, ce n'est plus avec des draps que l'on sépare le caillé du petit lait: ici, la masse est versée dans des moules à petits trous d'où le petit-lait s'écoule. Les meules sont ensuite pressées mécaniquement, avant d'être plongées dans un bain de sel durant vingt-quatre heures. Les meules sont également marquées afin d'attester leur provenance et leur date de fabrication.

L'affinage en cave dure de trois à cinq mois pour le fromage consommé en raclette. Il peut s'allonger jusqu'à vingt-quatre mois. « Mais là, il sert aux rebibes », précise Alain Pellissier. Pendant tout ce temps, jusqu'à 4'000 meules sont tournées quotidiennement à la main! Elles sont également lavées à l'eau salée pour permettre la formation de la morge, soit la fine croûte qui protège le fromage. Avant d'être commercialisées, ces meules d'environ cinq kilos sont encore analysées, dégustées, classées en catégories pour que devant l'âtre ou dans les « raclonettes », la magie opère à tous les coups.



Concours

PARTICIPEZ ET GAGNEZ

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

La date limite est fixée au 31 octobre 2016.

DÉCOUPEZ CE COUPON

ET RENVOYEZ-LE REMPLI À :

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



1. Quelle valeur représentent les signes d'excellence ?



- Un produit AOP est entièrement élaboré dans sa région d'origine. Au moins une étape de la production d'une IGP se déroule dans sa région d'origine.
- Une AOP est élaborée dans sa région d'origine avec des matières premières issues d'autres territoires suisses. Une IGP peut être issue de matières premières provenant de l'étranger.
- 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. Quelle est la particularité de la Glarner Kalberwurst IGP (saucisse de veau glaronnaise) ?

- Elle est produite dans toute la Suisse centrale
- Elle contient du pain blanc
- On ne peut la manger que lors de la Landsgemeinde à Glaris

3. Pendant quelle période de l'année le L'Etivaz AOP est-il produit ?

- Toute l'année
- De septembre à mars
- De mai à octobre

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) | | REGISTRE DES IGP (Indication géographique protégée) | |
|--|----------|--|----------|
| date de publication | | date de publication | |
| 1. L'Étivaz AOP | 02.03.00 | 13. Munder Safran AOP ² | 02.07.04 |
| 2. Rheintaler Ribelmais AOP | 14.08.00 | 14. Vacherin Fribourgeois AOP | 28.02.06 |
| 3. Tête de Moine AOP | 08.05.01 | 15. Emmentaler AOP ² | 06.10.06 |
| 4. Gruyère AOP | 12.07.01 | 16. Poire à Botzi AOP | 05.10.07 |
| 5. Eau-de-vie de poire du Valais AOP | 21.12.01 | 17. Raclette du Valais AOP | |
| 6. Sbrinz AOP | 24.04.02 | 18. Walliser Raclette AOP | 26.02.08 |
| 7. Formaggio d'alpe ticinese AOP ² | 14.02.02 | 19. Werdenberger Sauerkäse AOP | |
| 8. Abricotine AOP | 06.01.03 | Liechtensteiner Sauerkäse AOP | |
| 9. Vacherin Mont-d'Or AOP | 16.05.03 | Bloderkäse AOP | 18.02.10 |
| 10. Cardon épineux genevois AOP | 10.10.03 | 19. Damassine AOP | 09.03.10 |
| 11. Pain de seigle valaisan AOP | 27.02.04 | 20. Zuger Kirscho AOP | |
| 12. Berner Alpkäse AOP, | | Rigi Kirscho AOP | 02.09.13 |
| Berner Hobelkäse AOP | 02.04.04 | 21. Glarner Alpkäse AOP | 30.01.14 |
| | | 22. Bündnerfleisch IGP ^{1,2} | |
| | | Viande des Grisons IGP ^{1,2} | 29.09.00 |
| | | 23. Saucisse d'Ajoie IGP | 07.11.02 |
| | | 24. Viande séchée du Valais IGP | |
| | | Walliser Trockenfleisch 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 |
| | | 31. Zuger Kirschtorte IGP ² | 24.03.15 |
| | | 32. Lard sec du Valais IGP | |
| | | Walliser Trockenspeck IGP | 02.10.15 |
| | | 33. Jambon Cru du Valais IGP | |
| | | Walliser Rohschinken IGP | 02.10.15 |



¹ 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.

² Ce produit n'est pas membre de l'Association suisse des AOP-IGP, c'est pourquoi il ne peut pas porter l'un de ses deux logos.

Restauration collective publique Vaud mise à fond sur la proximité

Des repas à base de produits locaux et de saison. C'est ce que souhaite le gouvernement cantonal qui a mis sur pied une stratégie en cinq axes.

C'est inscrit dans son programme de législature 2012-2017. Le gouvernement vaudois s'est engagé à réduire les émissions de CO₂ pour limiter le réchauffement climatique par le biais de la convergence des politiques publiques.

Promesse tenue! Si l'ambition peut sembler théorique, elle prend tout son sens lorsqu'on rentre concrètement dans l'assiette consommée au quotidien et qu'on aligne quelques chiffres. Comme l'indique le rapport de novembre 2014 du Conseil d'Etat au Grand Conseil traitant de la thématique de la restauration à base de produits locaux et de saison, «en Suisse, l'alimentation représente 30% de notre empreinte écologique et 17% de nos émissions de gaz à effet de serre». Or, ces émissions peuvent être minimisées notamment par une alimentation locale et de saison, bien moins énergivore.

L'Etat de Vaud pouvait déjà s'appuyer sur sa Loi sur l'agriculture dont l'article 23 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 subven-

tions, ainsi que dans les établissements gérés par l'administration cantonale.

Aujourd'hui, il passe à la vitesse supérieure en introduisant un souhait d'approvisionnement en proximité pour la restauration collective en gestion directe ou concédée. «Nous sommes conscients que la façon de nous alimenter engendre un réel impact sur l'environnement et qu'avec une série d'outils bien coordonnés, nous pouvons contribuer à alléger cet impact», relève Nuria Gorrite, conseillère d'Etat, en charge du Département des infrastructures et des ressources humaines. (DIRH).

Dans le canton de Vaud, 18 millions de repas sont servis chaque année au sein des restaurants collectifs (périscolaire, enseignement primaire, secondaire, HES, université, école polytechnique, EMS, hôpitaux, cliniques et prisons). En privilégiant des produits de proximité et des modes de production durables, la facture environnementale peut être considérablement réduite. Pour parvenir à cet objectif, le gouvernement cantonal a élaboré une stratégie en cinq axes, pilotée par l'Unité de développement durable. La démarche s'appuie sur un diagnostic initial au sein des établissements.

Les cinq axes

Analyse des achats

Il s'effectue par le biais de Beelong, un outil d'évaluation de l'impact environnemental des achats de nourriture et de boissons qui 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. Cet indicateur a été mis au point à l'Ecole hôtelière de Lausanne, sous la direction de Charlotte de La Baume. Il est utilisé pour faire un diagnostic des pratiques au sein des restaurants.

Formation

Les cuisiniers des collectivités publiques vaudoises bénéficient d'une formation théorique et pratique gratuite de deux matinées. Cette formation est destinée à améliorer la durabilité des achats alimentaires. Les outils proposés permettent de mieux aborder les thèmes de la proximité, de la saisonnalité, du mode de production, du prix ou encore du manque de transparence du marché alimentaire. Le but est d'aider les professionnels de la restauration dans leurs



Pour Nuria Gorrite, conseillère d'Etat, notre façon de nous alimenter a un réel impact sur l'environnement.

plans de menus et de les engager à discuter de la traçabilité, de la provenance des produits et de la localisation des producteurs avec leurs fournisseurs.

Rencontre entre offre et demande

Afin d'améliorer la visibilité des produits de proximité par les professionnels de la restauration, le canton travaille sur une optimisation de l'articulation entre offre et demande. Un des outils préconisés est le label Vaud, garant de la traçabilité des produits.

L'article 26 de la Loi sur l'agriculture vaudoise prévoit que l'Etat peut être titulaire d'une marque garantissant la provenance vaudoise et la qualité des produits de l'agriculture avec le concours de Prométerre. La création du label Vaud est en cours. Plusieurs groupes de travail sont à l'œuvre au sein du Service de l'agriculture et de la viticulture. Ils devraient rendre leur copie courant 2017.

Appel d'offre standardisé

Pour les restaurants en gestion déléguée, attribuée sur contrat à des entreprises externes, le canton a élaboré un appel d'offres incluant le critère du déve-

loppement durable en s'appuyant sur le Guide romand des marchés publics. L'intégration de critères relatifs au développement durable (provenance, saisonnalité, traçabilité) est générateur de points supplémentaires attribués aux entreprises qui soumissionnent. Le canton assure également un suivi par un contrôle qualité des prestations fournies durant toute la durée du contrat.

Sensibilisations

Tout un panel d'actions est sur les rails parmi lesquelles des séminaires avec les grossistes et la restauration collective privée, des visites de producteurs ainsi que le renforcement de la promotion via un « guichet » centralisé de tous les outils développés par l'Unité de développement durable du canton de Vaud. Le but est de faire en sorte que tous les acteurs (producteurs, grossistes et prestataires de services) se connaissent mieux. Par ailleurs, la démarche entreprise en 2015 par Coord21 (association des collectivités et institutions de droit public de Suisse romande et du Tessin engagée dans le développement durable) se poursuit, par le biais de groupes d'échanges et d'expériences sur les achats alimentaires responsables.

« Une prise de conscience bénéfique »

Pour Yannick Jordan, cuisinier à la Fondation Plein Soleil à Vennes, l'expérience Beelong a été plus que bénéfique. « Je travaillais au Chalet Sylvana à Morges lorsque j'ai entrepris cette démarche. Cela m'a permis de prendre conscience de mes bonnes et mauvaises pratiques ». S'il n'est pas toujours facile de privilégier des labels en raison des budgets à tenir, il suffit pourtant de quelques changements pour améliorer le bilan énergétique des repas servis, en utilisant des produits de saison ou de proximité. Aujourd'hui, Yannick Jordan s'efforce au quotidien de conserver cette dynamique et a banni les crevettes d'élevage non labellisées du Vietnam de ses menus.

Les délices du Pays romand

Depuis plus de dix ans, les produits du terroir des six cantons romands et du Jura bernois sont mis en valeur par les labels régionaux sous la bannière «Pays romand – Pays gourmand». Le but de la fédération est d'une part de coordonner les actions de promotion de ses membres et d'autre part d'augmenter leur visibilité sur les marchés de Suisse romande et à l'extérieur. On y retrouve des produits laitiers

tels que la crème double de Fribourg, des fromages allant du Raclette AOP valaisan à la chevrette du Pays-d'Enhaut, mais aussi des produits carnés comme le saucisson neuchâtelois IGP, la saucisse sèche du cheval du Jura ou le breusi du Jura bernois. Les poissons, la boulangerie, les boissons et les fruits et légumes y trouvent aussi leur place à l'instar du cardon épineux genevois AOP. Et derrière tous ces produits se cachent des artisans

mêlant savoir-faire et passion, désireux de s'inscrire au patrimoine culinaire de leur région.

PARTEZ À LA DÉCOUVERTE
de sept spécialités gourmandes du Pays romand
et retrouvez-les dans leur ensemble sur
www.paysgourmand.ch.



Le jambon à l'os fumé à l'ancienne

**Produits du terroir du
Jura bernois. Une viande
tendre et juteuse !**

PRODUCTEURS
Stéphane Oester
à Grandval



CRÉDIT PHOTO
Marc-André Marmillod

Le jambon à l'os est la spécialité du boucher Stéphane Oester. Chaque année, 150 pièces de viande sont fumées dans la Maison du Banneret Wisard à Grandval, dont la construction remonte à 1535. Mais avant de sortir de la voûte de cet authentique fumoir, les jambons sont délicatement préparés par le producteur. Les porcs sont d'abord élevés et engraisés avec le fourrage de l'exploitation familiale. «Nous découpons ensuite les morceaux et les salons à sec avec un mélange de sel, de poivre, d'ail,

de muscade, de girofle, de laurier, de cumin et un peu d'eau. Nous les frottons avec cet assortiment d'épices durant une dizaine de jours», explique le boucher. Puis les jambons sont suspendus dans le fumoir près de deux mois, avant d'être cuits à 68 degrés précisément. «Une étape cruciale pour garder une viande tendre et juteuse!» Les pièces de porc se retrouvent enfin à la boucherie Oester à Grandval, mais aussi sur les marchés et dans les petites enseignes de la région.



La saucisse d'Ajoie IGP

**Spécialité du Canton
du Jura. Autrefois aussi
appelée « saucisse de
ménage ».**

PRODUCTEURS
Mélanie et Philippe Domon
à Alle



CRÉDIT PHOTO
www.aop-igp.ch/produits/photos-de-produits

En Ajoie, on n'attend pas la Saint-Martin qui célèbre le cochon sous toutes ses formes, pour se délecter d'une saucisse de porc fumée au cumin.

Autrefois appelée « saucisse de ménage », cette spécialité carnée jurassienne est consommée cuite toute l'année.

« L'assaisonnement de la viande de porc (parfois complétée par un peu de boeuf)

au sel, au cumin entier de la région, au poivre blanc moulu et à l'ail ainsi que son fumage aux bois de résineux font de cette saucisse un régal à nul autre pareil », affirme Philippe Domon, producteur à Alle. Chaque année, dans la région de Porrentruy, quelques 50 à 60'000 kilos de saucisses sont façonnés.

Depuis peu, il existe une variante appelée « Croquante d'Ajoie ».

Enroulée dans un boyau de mouton au calibre plus étroit que celui du porc, elle se laisse plus facilement griller et croquer.

Les sablés à la raisinée

**Terre Vaudoise.
« La raisinée est faite
à 100 % avec du jus
de poires ».**

PRODUCTEURS
Biscuits la Fleur
d'Eliane Lamercy-Perez
à Premier
078 804 87 72 - 024 453 2357



CRÉDIT PHOTO
Corinne Sporrer



Depuis cinq ans, Eliane Lamercy-Perez imagine des recettes et confectionne ses propres biscuits. À Premier, sa petite entreprise « Biscuits la Fleur » propose huit sortes de sablés, cookies ou croquants ainsi que des produits sans gluten et du granola. Après douze ans d'expérience dans une boulangerie au Venezuela, la productrice a importé son savoir-faire en Suisse ainsi que son désir de travailler avec des matières premières locales. « Je me fournis chez les producteurs du coin et ce que je ne trouve pas en Suisse, je le prends bio. »

Pour les sablés à la raisinée, une de ses spécialités, Eliane se procure en vin cuit chez son frère Vincent. « La raisinée est faite à 100 % avec du jus de poires. Elle permet de sucrer les biscuits tout en leur donnant une petite touche caramélisée une fois cuits. » Croquants en bouche, ils se retrouvent, tout comme ses autres gourmandises, dans des épiceries de village et boutiques artisanales vaudoises.



L'absinthe

Neuchâtel Vins et Terroir. Le mythe de la Fée verte.

Entre l'absinthe et le Val de Travers, l'histoire est tumultueuse. Inventé au XVIII^e siècle, cet alcool aux saveurs anisées a marqué toute une région par sa réputation. Son interdiction en Suisse dès 1910, la clandestinité de sa production, puis sa légalisation en 2005 ont grandement participé à sa notoriété et à l'émergence du mythe de la Fée verte. « C'est ce goût de l'interdit que l'on sent aujourd'hui encore dans cette boisson mythique », note Yann Klauser, directeur de la Maison de l'Absinthe. À la base de la vraie Bleue, trois plantes – la grande absinthe, l'anis vert et le fenouil – auxquelles s'ajoutent les plantes médicinales récoltées dans le Val de Travers,

comme la mélisse, la menthe poivrée ou l'hysope. Chaque producteur peut ainsi effectuer ses propres mélanges rendant chaque absinthe unique. « Que ce soit en apéritif ou en digestif, notre Fée verte offre la même complexité qu'un vin à la dégustation », note le spécialiste.

PRODUCTEURS
À visiter:
La Maison de l'absinthe,
à Môtiers



CRÉDIT PHOTO
Corinne Sporer

L'eau-de-vie de poires Williams du Valais AOP

La marque déposée dès 1953, reste le produit-phare de la société familiale.

PRODUCTEURS
Distillerie Louis Morand & Cie
à Martigny



CRÉDIT PHOTO
DR



Dans les années 40, André Morand, fils de Louis, le fondateur de la distillerie éponyme, utilisa les poires Williams pour en faire une eau-de-vie. Coup de génie, plus de cinquante ans plus tard, la Williamine[®] Morand, marque déposée dès 1953, reste le produit-phare de la société familiale. Grâce aux arômes uniques de la chair fondante et juteuse de la reine du verger valaisan, la Williamine[®] perdure de génération en génération et s'impose comme une référence à l'international. Et depuis plusieurs années, l'eau-de-vie de poires Williams s'est adaptée aux nouveaux modes de consommation. « Nous proposons ainsi plusieurs recettes de cocktails, de long drinks ou de shots pour que la Williamine[®] s'apprécie aussi bien en apéritif, qu'en digestif ou en soirée », précise Fabrice Haenni, directeur de la Distillerie Morand. L'élargissement de la gamme en Douce De[®] offre par ailleurs une alternative moins dosée en alcool et légèrement sucrée.

Le Vacherin d'alpage AOP

**Produits du Terroir
du Pays de Fribourg.
Longtemps resté
dans l'ombre du
Gruyère.**

PRODUCTEURS
Jacques Ruffieux à l'alpage
de Tissiniva à Charmey
079 212 70 23



CRÉDIT PHOTO
DR

Longtemps resté dans l'ombre du Gruyère, le Vacherin Fribourgeois AOP a aujourd'hui acquis ses lettres de noblesse. Il se décline en six variétés en fonction de son mode et de son lieu de production.

« Celui d'alpage a la typicité d'être fait avec du lait cru, ce qui lui confère encore plus d'arômes, alors qu'en plaine le lait pour le fromage est thermisé », détaille René Kolly, président de la Coopérative fribourgeoise des producteurs de fromages d'alpage.

Aussi, sur les monts, la production est saisonnière et le lait est préchauffé au feu de bois suivant le savoir-faire ancestral des maîtres fromagers fribourgeois.

« Le premier se savoure à mi-juillet.

On y découvre alors les saveurs subtiles de l'herbage », raconte Jacques Ruffieux, qui produit chaque été 1200 kg de Vacherin à Tissiniva. Bien qu'il se déguste volontiers en fondue, le caractère typé du Vacherin d'alpage lui garantit une place de choix sur les plateaux de fromage des connaisseurs.



Les œufs de la ferme

**Genève Région –
Terre Avenir.
13'000 poules pondent
délicatement leurs oeufs.**

PRODUCTEURS
Sandra et Florian Baudet,
Ferme La Pièce à Céligny



CRÉDIT PHOTO
Corinne Sporrer



Tous les matins à la ferme la Pièce à Céligny, quelques 13'000 poules pondent délicatement leurs oeufs. Ils sont ensuite nettoyés, contrôlés et calibrés par Sandra et Florian Baudet, les principaux producteurs du canton de Genève.

Chez eux, les gallinacés picorent et se baladent librement en plein air sur près de 30'000 mètres carrés et sont élevés aux petits soins. Leur alimentation, issue d'un subtil mélange entre plusieurs céréales et sels minéraux, est produite

sur leur exploitation agricole et moulu à quelques centaines de mètres de là. « C'est essentiel car ce qu'elles mangent influe directement sur la solidité de la coquille, la qualité du jaune et même la grosseur de l'oeuf », indique Florian Baudet. Une fois marqués et emballés, les oeufs partent à la vente directe chez les commerçants et restaurateurs de la région ainsi que sur les étalages des supermarchés du canton.

PLAT PRINCIPAL

4 PERS.



15 MIN.



25 MIN.



Houmous de lentilles au curry

100 g de lentilles corail
1 oignon en cubes
1 gousse d'ail hachée
1 c.s. de curry
4 c.s. de pâte de sésame
(tahina, rayon exotique)
½ jus de citron
½ dl d'huile d'olive
sel, poivre

Bien rincer les lentilles corail.

Faire chauffer une poêle avec un peu d'huile. Y faire suer l'oignon et l'ail avec le curry.

Ajouter les lentilles et recouvrir d'eau. Cuire 20 minutes.

Passer au mixer avec la pâte de sésame, le jus de citron, l'huile. Assaisonner selon vos goûts.

Laisser refroidir.
Servir avec du pain libanais.

*Une recette
de Manuella
Magnin*

photo: Corinne Sporrer

Idées 1[ég]umineuses

Du café, du chocolat, des mangues séchées : ce sont les produits que l'on s'attend à trouver dans les 40 Magasins du Monde de Suisse romande. Et pourtant...

Pionniers et spécialistes du commerce équitable, les Magasins du Monde (tout comme leurs homologues les Botteghe del Mondo au Tessin), distribuent une gamme alimentaire qui vient essentiellement du Sud, là où les producteurs sont le moins bien considérés, rémunérés et protégés. Toutefois, ici au Nord nous connaissons aussi les crises économiques, la mainmise des multinationales sur la production agricole et la spéculation sur les matières premières qui engendrent de plus en plus de précarité chez les agriculteurs et agricultrices pour lesquels il est de plus en plus difficile de vivre décemment de leur travail.

C'est la raison pour laquelle les Magasins du Monde distribuent une gamme équitable de légumineuses d'Italie, de la marque Terra Verde : des lentilles noires (beluga), jaunes, corail, des haricots noirs délicieux et de très originaux pois chiches noirs. Les pois chiches jaunes viennent, eux, de la

coopérative Girolomoni en Ombrie, et certains magasins proposent également des haricots noirs et des graines de soja du Brésil, importés par Gebana (avec ces dernières, il est possible de confectionner son tofu soi-même). Toutes ces légumineuses sont issues d'un commerce équitable sur toute la filière et ont aussi le très bon goût d'être cultivées en agriculture biologique !



« Pour nous, manger signifie bien plus que parer et préparer des aliments. Cela signifie également amitié, fraternité, beauté, spiritualité, communauté ».
Gino Girolomoni, producteur.

Passer la porte d'un Magasin du Monde, c'est privilégier un commerce de détail spécialisé, encourager des relations commerciales plus justes, assurer des revenus décents aux producteurs et productrices et soutenir une agriculture durable. Si l'on ajoute que les légumineuses permettent de diversifier notre alimentation avec des protéines d'excellente qualité nutritive, alors tout est parfait !

A chaque région ses saveurs.



Aargauer Traum, Künten
Les Argoviens sont des hôtes de choix à toutes les fêtes et leur fromage est également le bienvenu.



Fromage du Gantrisch, Oberbütschel
La recette de ce fromage est vieille de presque 200 ans. Pourtant, c'est à chaque fois une redécouverte.



Le Maréchal, Granges-Marnand
Ce produit de qualité doit son nom à l'arrière-grand-père du fromager, maréchal de profession.



Tomme artisanale de la Venoge, Dizy
Si le fromager Michel Bory n'est pas connu dans le monde entier, il l'est au moins dans sa région: ici, sa tomme passe pour être la meilleure du monde.



Fromage des Alpes glaronais, Glaris
Seuls des armaillis expérimentés sont habilités à fabriquer ce fromage. Mais rien n'interdit aux profanes de le déguster.



Reblochon de Moudon
A l'image des Vaudois, le reblochon a lui aussi un caractère bien trempé. Côté arômes et fruité, le fromage a toutefois une longueur d'avance.



Formaggella di Capra, Airolo
Les talents d'équilibristes des chèvres de la Valle Morobbio sont tout aussi méeêrveilleux que leur fromage.



Tomme Tourbillon aux herbes, Sierre
Si les bienfaits pour la santé des nombreuses herbes de ce fromage ne sont pas forcément connus, leurs vertus culinaires sont, elles, incontestées.



POUR LE MEILLEUR DE NOS TERROIRS.

coop

Pour moi et pour toi.

Et si nous mettions l'été en conserves

Privilégier les légumes et fruits de saison, c'est bien. Les conserver pour en profiter tout au long de l'année, c'est s'assurer douze mois de plaisir renouvelé. Mais quel est donc le mode de préservation le plus écologique ? Comparaison de trois méthodes différentes.

Depuis la nuit des temps, les humains ont cherché à conserver les denrées cueillies à la belle saison et le butin ramené de la chasse ou de la pêche. Longtemps, le froid et la déshydratation ont été les méthodes de prédilection. Durant la dynastie Zhou (env. 1100 av. J.-C.), les Chinois étaient déjà en mesure de refroidir des aliments avec la glace des rivières et des étangs, brisée en hiver et stockée dans des maisons de glace qui servaient de « réfrigérateurs » naturels durant la saison chaude. S'il a fallu attendre le 19^e siècle pour voir apparaître la première sorbetière à manivelle, c'est dans l'Antiquité que naît au Moyen-Orient, dans l'Iran et la Turquie actuels, la recette des charbâts (sirops refroidis avec de la neige). Les Romains utilisaient aussi de la glace et de la neige, transportée à dos d'âne depuis les Alpes pour réfrigérer leurs provisions.

Une autre méthode courante de conservation consiste depuis des siècles à sécher les aliments.

Les Egyptiens avaient coutume de suspendre des morceaux de viande et des oiseaux à une corde pour les sécher au

soleil. De longue date, le poisson a aussi été conservé par salaison et séchage. Plus proches de nous, les populations alpines ont confectionné durant des siècles de la viande séchée préalablement salée et épicée pour se constituer des réserves. Au début du 19^e siècle, l'invention de l'appertisation par le Français Nicolas Appert a ouvert la voie à la stérilisation des denrées avec pour corollaire la possibilité de fournir aux troupes napoléoniennes de la nourriture peu transformée et de longue conservation.

Si les avancées technologiques ont bouleversé nos habitudes alimentaires en faisant entrer dans les foyers réfrigérateurs et congélateurs dès la deuxième partie du 20^e siècle, les modes ancestraux de gestion de nos victuailles n'ont pas fondamentalement disparu. Malgré l'offre pléthorique de l'industrie alimentaire en produits divers et variés, les savoir-faire hérités du passé ont toujours leur place. D'aucuns profitent de la belle saison et de la production locale de nos maraîchers pour créer des réserves. Certains y vont de leurs talents de cordons bleus pour assaisonner leurs conserves et leur

donner une petite touche personnelle bienvenue.

Si vous ressentez l'appel du jardin et l'envie d'en profiter tout au long de l'année, alors une petite leçon de conservation s'impose. Pour vous, nous avons testé trois méthodes avec leurs avantages et leurs inconvénients. Sébastien Humbert, directeur scientifique chez Quantis, un cabinet de conseil en environnement, a passé ces différentes options à la moulinette et dressé un bilan CO₂ de chacune des méthodes appliquée à 1kg de poivrons de saison. Histoire que nous mettions à nos fourneaux avec une petite pensée pour la planète.

Sources: Goûts et saveurs à composer soi-même, guide de l'auto-provisionnement, 380 pages, Agridea 2015.

Prix: 79 fr., à commander au

021 619 44 00 ou sur le site

www.agridea.ch, contact@agridea.ch.

Version allemande également disponible.

Trois méthodes passées au crible

La stérilisation et la congélation sont bien moins gourmandes en énergie que la déshydratation. Le mieux demeure d'acheter des légumes en saison et de les consommer dans la foulée. Le sachet en plastique destiné à leur transport n'aura généré que 0,1kg de CO₂.



Poivrons au naturel stérilisés

→ 15 minutes ↻ Stérilisation : 2 heures

1kg de poivrons — eau et sel

- 1 — Laver et couper les poivrons en deux. Oter les graines et la queue. Les plonger dans de l'eau bouillante salée deux minutes. Les rafraîchir à l'eau très froide.
- 2 — Ranger les poivrons dans des bocaux. Remplir les bocaux d'eau bouillante salée (20 g par litre).
- 3 — Stériliser les bocaux deux heures dans de l'eau bouillante. Les stocker à la cave.

LA STÉRILISATION

Enfermé dans un récipient hermétiquement clos, l'aliment est soumis à la chaleur. Les fruits et légumes, apprêtés et plongés dans un liquide, sont disposés dans des bocaux et chauffés dans une grande casserole, un four vapeur ou un appareil dédié à la stérilisation. Les récipients, couvercles et joints doivent être d'une propreté irréprochable afin d'éviter tout risque de contamination des aliments. Il est primordial de jeter les joints abimés.

- + elle permet de varier les plaisirs en personnalisant ses conserves.
- elle nécessite une très grande rigueur en matière d'hygiène. Le risque de botulisme est présent. La nécessité de disposer d'un espace de stockage important peut être dissuasive.

EMPREINTE CARBONE

environ 4,5 kg de CO₂ par kg de poivrons.

Ce calcul prend en compte le chauffage de l'eau pour blanchir les poivrons, le maintien à ébullition durant 2 heures pour la stérilisation ainsi que les impacts associés aux bocaux, au sel et au rinçage à l'eau froide des poivrons.

Un maintien parcimonieux de l'ébullition peut réduire la consommation énergétique.

Poivrons au naturel déshydratés

→ 15 minutes ↻ 24 heures à 65°C

1 kg de poivrons



- 1 — Laver et couper les poivrons en deux. Oter les graines et la queue.
- 2 — Les ranger côte à côte sur les plateaux du déshydratateur. Faire sécher 24 heures à 65°C. Conserver dans des sachets ou des bocaux.

LA DÉSHYDRATATION

La déshydratation permet de déshumidifier les aliments. Lors du processus, l'air est chauffé entre 45 et 70°C. La circulation d'air chauffé dans le déshydratateur entraîne l'extraction du liquide contenu dans les aliments. La teneur en eau des produits secs est réduite à 10-15 % ce qui empêche le développement de bactéries et moisissures. Les aliments doivent être séchés de façon homogène.

- + le stockage est plus aisé du fait que les aliments déshydratés subissent une perte de poids et de volume.
- les qualités gustatives des aliments sont modifiées. Perte de vitamines.

EMPREINTE CARBONE

environ 8 kg de CO₂ par kg de poivrons.

Ce calcul prend en compte la consommation énergétique du déshydratateur, soit 550W en continu durant 24 heures. Il intègre également la consommation énergétique liée à la fabrication des bocaux ou des sachets pour le stockage des poivrons déshydratés.

Poivrons au naturel congelés

→ 15 minutes ↻ 1 an

1 kg de poivrons — eau et sel



- 1 — Laver et couper les poivrons en deux. Oter les graines et la queue. Les plonger dans de l'eau bouillante salée deux minutes. Les rafraîchir à l'eau très froide.
- 2 — Bien égoutter les poivrons. Les ranger dans des sachets et faire le vide. Entreposer au congélateur.

LA CONGÉLATION

Elle doit s'effectuer rapidement afin de favoriser la formation de petits cristaux de glace. Si le procédé s'opère à une température insuffisamment basse, il se forme de gros cristaux qui endommagent les parois cellulaires des aliments. La température de stockage dans le congélateur devrait idéalement être comprise entre -18 et -20°C. Il convient de blanchir les légumes avant la congélation et de les refroidir immédiatement. Cette opération permet de neutraliser les enzymes responsables de la dégradation de la chlorophylle et de la perte de saveurs des végétaux.

- + les légumes conservent toutes leurs qualités gustatives et les vitamines sont préservées.
- nécessite un absolu respect de la chaîne du froid.

EMPREINTE CARBONE

environ 5 kg de CO₂ par kg de poivrons.

Ce calcul prend en compte les impacts associés aux sachets pour la congélation, la fabrication et l'utilisation du congélateur, le sel et l'eau pour blanchir les poivrons, l'eau pour les refroidir avant de les conditionner.



Enjoy the local
Swiss cuisine.

**Both during
"La Semaine du Goût"
and at 30,000 feet.**

SWISS is proud to be part
of "La Semaine du Goût".

Semaine du Vin Suisse

Excellence et diversité: santé!

Du 2 au 25 septembre 2016, la « Semaine du Vin Suisse » mettra en relation 300 restaurants et 300 vigneron: l'occasion pour le public de (re-)découvrir l'excellence et l'incroyable diversité des crus helvétiques.

Les trois premières éditions de la « Semaine du Vin Suisse » ont connu un tel succès que ses promoteurs, Swiss Wine Promotion et l'Association Vinea, remettent le couvert cette année. Mais avec une formule renforcée, plus complète, moins contraignante pour les restaurateurs, plus attrayante pour le grand public.

Vous avez loupé les trois premiers épisodes et vous vous demandez ce qu'est la Semaine du Vin Suisse? Alors revenons en arrière. En 2013, Swiss Wine Promotion lançait l'idée: pendant dix jours, un certain nombre de restaurants proposent à leurs clients un choix de vins suisses provenant d'autres cantons.

La « manœuvre » est ensuite mise en place par l'Association Vinea. Elle consiste à faire découvrir aux restaurateurs la magnifique diversité du vignoble suisse et les possibilités quasi infinies d'accords mets-vins que cela représente. Et de faire réaliser au grand public que les crus helvétiques méritent leur place sur leur table.

Pour mettre tout ce monde en réseau, le site www.swisswineweek.ch permet aisément de chercher

un restaurant, une localité, ou un type de cuisine, puis un vigneron et une région viticole, et de trouver l'établissement qui correspond aux attentes de l'auteur de la recherche. Le tout en quelques clics.

Succès oblige, cette année, la Semaine du Vin Suisse durera en fait trois semaines! Du 2 au 25 septembre, trois cents restaurants et trois cents vigneron sont inscrits pour faire vivre cette manifestation unanimement saluée par tous ceux qui y ont déjà participé.

L'avantage de cette durée augmentée? « Pour le restaurateur, il devient plus intéressant d'investir du temps pour cibler son offre et former son personnel », explique Elisabeth Pasquier, directrice de Vinea. Et le client a plus de temps pour réaliser que cette manifestation existe et en profiter.

La formule est ludique: pour participer, les restaurants s'engagent à proposer au moins trois vins suisses au verre. Des vins provenant de régions viticoles différentes qu'ils peuvent associer à des plats, à un menu, à des moments. Santé!

Suisse Romande



Elias Bally, vient de passer son brevet fédéral de sommelier (premier prix romand!). Dans son restaurant au chic charmeur et à la terrasse abritée par la façade néo-classique du temple de Carouge, il a un très joli projet pour la Semaine du Vin Suisse: mettre en lumière les cépages italiens vinifiés en Suisse! Une initiative originale et prometteuse.

VIA ROMA

Place du Marché 20
1227 Carouge
022 301 94 51
viaroma-ristorante.com



Christophe Gallay, 30 ans, le fils de la maison, vient de passer son brevet fédéral de sommelier: «Je me suis pris de passion pour le vin». Et cette passion, il compte bien la partager en faisant découvrir des crus intéressants à ses clients. La Semaine du Vin Suisse est une occasion rêvée: «Je vais proposer des accords mets-vins en parcourant les diverses régions de la Suisse viticole».

LE MICHELANGELO

Chemin des Lieugex 17
1860 Aigle
024 466 32 49
michel-angelo.ch



Depuis un an, la carte des vins de ce restaurant panoramique s'est métamorphosée. Cyrille Heimo, le patron, y a intégré des vins de toute la Suisse. Le Valais reste évidemment majoritaire, mais le Tessin, Fribourg, Zurich, Grisons, Vaud et Genève sont présents avec des crus remarquables. «C'est un succès, les clients y ont pris goût. Participer à la Semaine du Vin Suisse va de soi!».

RESTAURANT CHALET

LA MAYA
Rue des Collons 97
1988 Les Collons
027 281 50 50
chaletlamaya.ch

Suisse Italienne



Depuis novembre 2013, cette belle adresse propose une cuisine traditionnelle et familiale dans ses jolies salles sobres et intimistes qui se prolongent d'une belle terrasse. À l'occasion de la Semaine du Vin Suisse, on s'y délectera d'un menu typique: tartare de Fassona della Trattoria, machcaroni con ragù dalle 7 ore di cotura et gnocco fritto con salumi tipici... le tout agrémenté d'excellents crus.

LA TRATTORIA

Via Marccacci 9
6600 Locarno
091 751 64 44
latrattorialocarno.ch



«Mon but? Proposer 180 étiquettes tessinoises à la carte», lance Mirko Reiner, sommelier à l'Atenaéo del Vino depuis 8 ans et patron depuis 4 ans. Aujourd'hui, il est à 172 références tessinoises auxquelles vont s'ajouter des crus d'autres cantons: «Proposer des vins locaux, c'est répondre aux attentes des touristes comme des habitués». Le tout dans les élégantes salles voûtées de ce restaurant unique.

ATENAEO DEL VINO

Via Pontico Virunio 1
6850 Mendrisio
091 630 06 36
atenaodelvino.ch



Champion Suisse de Sommellerie, Simone Ragusa est responsable de caves de l'un des plus emblématiques palaces luganais, le Splendide-Royal. Sa carte comporte toute l'année des crus provenant d'une dizaine de cantons suisses. Mais la Semaine du Vin Suisse lui donnera l'occasion de les valoriser: «C'est une excellente façon de permettre à nos clients de découvrir les vins helvétiques et leur grande qualité».

ROYAL SPLENDIDE
Riva Antonio Caccia 7
6900 Lugano
091 985 77 11
splendide.ch

Suisse alémanique



Cette ancienne boucherie transformée en originale brasserie branchée et gourmande est liée au luxueux hôtel Widder voisin. On y propose toujours des vins suisses. À l'occasion de la Semaine du Vin Suisse, une formule ludique de trois plats accordés à trois vins de cantons différents sera mise en lumière pour réjouir les gourmands.

BRASSERIE AUGUST
Rennweg
044 224 28 28
8001 Zurich
au-gust.ch



Le «swissness» fait partie de l'identité de la Cave Valaisanne/Walliser Keller. Les plats locaux portent le label Swiss Alpe Chuchi et l'excellence des vins suisses se doit d'être valorisée: «Il est important de promouvoir les petites maisons, moins connues, mais offrant des produits de qualité». Une démarche qui fait l'unanimité dans cette belle salle voûtée modernisée avec doigté.

ZURCHERHOF
CAVE VALAISANNE
Zähringerstrasse 21
8001 Zürich
044 269 44 66
hotelzuercherhof.ch



Edy Juillerat est aux fourneaux de cette brasserie de charme perchée sur le pont, face à la fosse aux ours, depuis 16 ans: «80% de notre clientèle est constituée d'habitues et c'est surtout en juillet et en août que s'y ajoutent les touristes. Aux uns comme aux autres, nous proposons des vins de huit cantons suisses». Avec succès. La Semaine du Vin Suisse sera l'occasion de les mettre en valeur par des accords mets-vins.

BRASSERIE BÄRENGRABEN
Grosser Muristalden 1
3006 Berne
031 331 42 18
brasseriebaerengraben.ch



AVE
5 CHF
3 CHF
me 5 CHF
L'UNITÉ

BLA
MOUN

Apéro à vie

Ta Cave, histoire d'une réussite

Texte, Manuella Magnin — Photos, DR

Trois amis passionnés de vin et de bonne chère ouvrent le premier bistrot communautaire de Suisse à Lausanne. Grâce au génie du teasing et du web, et à une sacrée fibre entrepreneuriale.



Transformez votre passion pour les arts culinaires et votre esprit d'entreprendre en une carrière réussie.

Trasforma la tua passione per le arti culinarie e il tuo spirito imprenditoriale in una carriera di successo.

Verwandeln Sie Ihre lebenslange Leidenschaft für Kochkunst und Ihr Business-Mentalität in eine erfolgreiche Karriere.

EHL Master Class in Culinary Arts

ehl.edu

Au fait, comment naissent les idées de génie? Pour certains, c'est sous la douche le matin ou encore avec une tasse de café sous la couette. Pour d'autres, c'est en courant dans la nature ou en crapahutant sur les sommets. Et pour tous ceux qui ne savent pas trop, et qui aimeraient bien avoir l'illumination suprême, rendez-vous à Ta Cave, rue du Simplon 35 à Lausanne. C'est dans ce quartier Sous-Gare qu'Elâ Borschberg, Guillaume Luyet et Yannick Passas vivent leur rêve au quotidien. Les deux premiers sont diplômés de l'Ecole hôtelière de Lausanne, le troisième est œnologue passionné et producteur de très bons crus à la Maison du Moulin à Reverolle.

Leur rêve devenu réalité? Un bistrot communautaire, le premier de Suisse, financé par ses clients. On n'y sert que des vins coups de cœur d'ici et d'ailleurs, et les meilleurs mets du terroir joliment dressés sur des planchettes ou encore mijotés avec amour, et proposés en cote conviviale.

Un succès phénoménal

Pour les trois compères, tout a commencé en 2014 lors d'une fin de soirée. L'envie de boire un dernier verre, de refaire encore un peu le monde entre amis, et de croquer un petit en-cas sympa avant de rejoindre les plumes. Et nulle part où aller. L'idée d'ouvrir un lieu pour les amateurs de bons vins et d'exquis produits du terroir s'impose tout de suite. Joli projet, mais avec quel argent le monter? Celui d'une banque? Trop compliqué! C'est là qu'a germé cette illumination de génie, une solution déjà fort utilisée à l'étranger: tenter de faire appel aux clients potentiels pour financer la création d'un bistrot communautaire où chaque contributeur prêt à payer la modique somme de 250 frs se verrait offrir l'apéro à vie avec une personne de son choix.

En deux temps trois mouvements, le local idéal à la rue du Simplon 35 est déniché. À quelques mètres à peine des quais de la gare, ce grand studio, qui servait autrefois au tournage de films plutôt co-

quins, présente tous les atouts nécessaires à la mise sur pied d'un lieu convivial. Une belle grande pièce avec des moulures à l'ancienne au plafond et une superbe cave au sous-sol. L'opération de séduction est lancée avec un site internet dédié, un super film aguicheur, quelques articles de presse qui racontent le projet, et un teasing bien pensé sur la toile. 800 investisseurs plus tard, en à peine quelques jours, et le budget est bouclé. Ta Cave ouvre au printemps 2015.

La promesse faite aux contributeurs potentiels de l'apéro de l'amitié est magistralement tenue. On se sent bien à Ta Cave, comme à la maison. Les trois compères partagent avec leurs clients contributeurs, et tous ceux qui poussent la porte en quête de bonheur gustatif, les bonnes choses de la vie: les flacons exquis qui ont fait chavirer leurs âmes d'œnophiles ainsi que la charcuterie et le fromage qui les font saliver. Et comme ils ont beaucoup de goût, on salive avec eux. Ta Cave propose une sélection de vins coups de cœur chaque mois et 8 vins découvertes sous la forme d'un «zoom» toutes les deux semaines. Des nectars accompagnés de fromages et salaisons testés et approuvés par l'équipe.

Prix de la relève du tourisme suisse

Les trois amis n'ont pas seulement séduit leurs multiples bailleurs de fonds, mais aussi le jury du Milestone 2015. Ce prestigieux prix du tourisme suisse honore depuis l'an 2000 des projets remarquables et des personnalités qui composent notre paysage touristique. La plus haute distinction dans la branche a pour vocation de susciter des innovations, d'encourager le transfert de savoir-faire, d'accroître l'attrait de la destination Suisse et de faire connaître au public le rôle de l'économie touristique. Le modèle de financement novateur imaginé par Elâ Borschberg, Guillaume Luyet et Yannick Passas a enthousiasmé le jury qui a salué la performance entrepreneuriale des trois associés fondateurs.





Assurance vie

Partenaire de vos projets de vie

Dans le domaine des assurances de rentes et de capitaux, il y a chez Retraites Populaires une véritable équipe proche de vous, qui s'engage pour que vos objectifs les plus chers se réalisent. Vous soutenir et vous conseiller dans vos projets de vie, voilà ce qui nous tient vraiment à cœur.

**Contactez-nous pour en savoir plus
ou consultez www.retraitespopulaires.ch**

Votre avenir, notre mission.



**Retraites
Populaires**

La clé du succès « Susciter l'émotion »

Propos recueillis par Manuella Magnin
Photos, DR

Les sites de financement participatif fleurissent sur la toile. Une nouvelle façon de monter son entreprise? Le point de vue de Rémi Walbaum, chief Innovation and Infrastructure officer à l'Ecole hôtelière de Lausanne.

Comment expliquer le succès qu'a rencontré Ta Cave?

Rémi Walbaum: « Elâ Borsschberg et Guillaume Luyet sont de véritables entrepreneurs. Ils ont extrêmement bien monté leur projet avant de se lancer dans la recherche d'un financement participatif. Leur idée d'offrir l'apéro à vie aux personnes qui s'engageaient a fait mouche. Elle a été subtilement amenée, notamment par des opérations de teasing sur internet (ndlr: technique de vente qui consiste à attirer le client potentiel par un message qui l'interpelle). »

Ce modèle est-il reproductible?

R.W.: « Il est bien sûr reproductible à la condition qu'il y ait un réel projet bien ficelé avec un solide business plan derrière. Les initiateurs doivent réussir à créer un effet de surprise auprès des personnes susceptibles de s'engager. Cet effet de surprise est d'autant plus nécessaire que le bassin géographique est petit. Aux Etats-Unis, c'est plus simple. Le volume de suiveurs potentiels est énorme. »

Crowdfunding De la boulangerie au food studio

Le crowdfunding est très en vogue. Dans les pays anglo-saxons, il inonde la toile. Toutes sortes de projets, plus ou moins porteurs, tentent d'attirer des fans prêts à investir. Un exemple de succès fulgurant auquel l'auteur de ces lignes a modestement contribué: le lancement d'une lunch box révolutionnaire (boîte pour le repas de midi pris à l'extérieur) avec une application dédiée. 12'557 contributeurs se sont engagés en l'espace de 3 semaines pour un montant de 1'439'098 \$. Les concepteurs américains de cet objet espéraient récolter 25'000 \$!

Plus proche de chez nous, à Edinburgh en Ecosse, deux jeunes ont réussi à monter un food studio destiné à raconter par le menu les traditions culinaires de leur belle région. En un jour et demi, grâce à un joli film très nature, ils ont obtenu 42% des 10'000 livres qu'ils souhaitaient et ont dépassé de plus de 60% leur objectif initial.



RÉMI WALDBAUM
chief Innovation
and Infrastructure officer
à l'Ecole hôtelière de Lausanne.

Est-ce que ce qui touche à la nourriture est porteur?

R.W.: « La nourriture et le vin en l'occurrence parlent à notre émotionnel. Il suffit de voir les mentions « j'aime » sur facebook lorsque des photos de nourriture sont postées. C'est comme si on racontait une histoire et qu'on invitait les internautes à entrer dans cette histoire. L'émotion est au centre. »

Mais le financement n'est pas émotionnel...

R.W.: « Le financement traditionnel par le biais d'une banque répond à des logiques différentes avec des canaux très déshumanisés. Avec le crowdfunding, on est dans une logique fraternelle, dans une réhumanisation par un système d'entraide. Autrefois, on allait chercher l'argent dans la famille pour lancer une affaire. Grâce aux nouvelles plateformes technologiques, la famille s'élargit et le réseau d'entraide peut considérablement s'agrandir à condition bien sûr de proposer un projet qui tienne la route et qui touche. Ta Cave en est l'exemple parfait. »

50% des profits dégagés par leur petite entreprise, qui a depuis ouvert ses portes, serviront à financer la mise en valeur du patrimoine culinaire écossais par le biais d'un magazine on line.

L'exemple du boulanger genevois Eric Emery a marqué les esprits en Suisse romande. Cet artisan a fait, lui, appel au crowdlending (littéralement prêt par la foule) pour financer son développement en proposant aux prêteurs un taux d'intérêt de 4% avec un délai minimum de remboursement de deux ans. S'il espérait initialement obtenir 200'000 francs, le public s'est montré très généreux et lui a accordé quelque 1,7 million de francs. Les clients de l'établissement se sont engagés au-delà de toute espérance, motivés pour certains par l'intérêt promis, pour d'autres par l'attachement à leur boulanger préféré. MM

PLAT PRINCIPAL

4 PERS.



10 MIN.



40 MIN.



Spare ribs d'Ormingen

600 g de spare ribs
d'Ormingen*

2 c.s. de sucre brun

POUR LA MARINADE

125 ml de sauce hoisin

125 ml de ketchup

125 ml de vinaigre de riz

2 c.s. de sauce piquante thaïe
(rayon exotique)

1 c.t. d'ail en poudre

1 c.s. de garam masala
(rayon épices)

½ c.s. de piment en poudre

1 c.t. de curcuma

Mélanger les ingréd-
ients de la marinade.

Enduire les spare ribs
de marinade.

Réserver au réfrigéra-
teur 2 heures.

Préchauffer le four à
180°C.

Saupoudrer les spare
ribs de sucre brun.

Cuire 40 minutes en
retournant à mi-cuisson.

Servir avec une purée
de patate douce et
quelques chips de
pommes de terre.

*Une recette
de Manuella
Magnin*

Vidéo de la recette :



* L'exquise viande de porc
d'Ormingen peut être
commandée sur le site
www.hofgut-farnsburg.ch

photo : Corinne Sporrer

PLAT PRINCIPAL

4 PERS.



20 MIN.



20 MIN.



Basmati aux légumes et aux lentilles

250 g de riz basmati
4 c.s. de lentilles type corail
1 courgette jaune
1 courgette verte
1 carotte
100 g de courge
1 feuille de laurier
3 clous de girofle
5 gousses de cardamome
1 petit bâton de casse ou
cannelle à défaut
1 citron
1 poignée de noix de cajou
huile
sel, poivre

Rincer abondamment le riz sous l'eau froide et l'égoutter.

Eplucher la carotte et le morceau de courge. Couper la chair en cubes. Trancher les courgettes en cubes.

Faire chauffer un peu d'huile dans un fait-tout. Y ajouter les épices et la feuille de laurier. Attendre que tous les arômes s'expriment.

Ajouter le riz, les lentilles et les légumes. Bien mélanger. Mouiller avec 9 dl d'eau.

Couvrir et laisser tirer 10 bonnes minutes. Tester la cuisson. Si le riz n'est pas assez cuit, ajouter un peu d'eau et poursuivre la cuisson 2 minutes. Saler.

Pendant la cuisson du riz, couper le citron en fines rondelles et le colorer à la poêle. Le saupoudrer éventuellement de curry. Saler et poivrer selon vos goûts.

Servir comme plat complet avec des noix de cajou en décoration.

*Une recette
de Manuella
Magnin*

photo: Corinne Sporrer



MEMOIRE VIVE
AGITATEUR DE RESEAUX

Tous mes Mac à 0% avec
un contrat d'assistance.
C'est ça l'intérêt!

Timea Bacsinszky



N'ACHETEZ PLUS
LOUEZ À
0%*

* Mac/iPhone/iPad + logiciels + maintenance +
garantie sur 12 ou 36 mois sans intérêt.
Offre soumise à conditions



Lausanne
Fribourg

Rue St-Laurent 29, 1003 Lausanne
Rue de l'Industrie 10, 1700 Fribourg

T. +41 (0)21 320 89 15
T. +41 (0)26 425 88 00

lausanne@memoirevive.ch
fribourg@memoirevive.ch

www.memoirevive.ch
Revendeur Agréé Apple

PLAT PRINCIPAL

4 PERS.



10 MIN.



40 MIN.



Tagine de veau aux poires

800 g d'épaule de veau

1 oignon

3 cm de gingembre

2 poires

½ citron

100 g de miel d'acacia

3 dl de vin doux

½ dl de vin cuit de poire à botzi

1 c.t. de safran en filaments

12 cerneaux de noix

sel, poivre

huile d'olive

Eplucher l'oignon et le gingembre. Débiter l'oignon en cubes et le gingembre en petits bâtonnets.

Saler la viande et la saisir à feu vif sur toutes les faces dans une cocotte huilée.

Ajouter l'oignon et le gingembre. Laisser suer 5 bonnes minutes. Mouiller à hauteur avec de l'eau. Porter à ébullition. Baisser le feu. Couvrir et laisser frémir à feu doux 45 minutes.

Pendant que la viande cuit, préparer les poires. Faire chauffer le vin doux, le miel et le safran dans une casserole.

Eplucher les poires. Les couper en lamelles et les citronner afin d'éviter qu'elles ne noircissent.

Plonger les lamelles dans la casserole et laisser frémir 10 minutes. Eteindre le feu.

Dix minutes avant la fin de la cuisson de la viande, ajouter le jus de cuisson des poires et le vin cuit de poire à Botzi. Laisser réduire. Goûter et rectifier l'assaisonnement.

Servir le tagine avec les lamelles de poires, des cerneaux de noix, de la graine de couscous ou du riz blanc.

*Une recette
de Manuella
Magnin*

photo: Corinne Sporrer

Vaud Œnotourisme

Une première balade dans la région de Morges



Guidés par l'application Vaud-Guide de leurs téléphones portables, les œnophiles connectés sont invités à découvrir les merveilles du terroir. Première escale dans le vignoble morgien.

Vous aimez le vin, la nature, la culture, la rencontre avec les artisans du terroir? Cette nouvelle offre est pour vous. Il vous suffit d'empoi-gner votre smartphone, de télécharger l'application Vaud-Guide (en français, en allemand ou en anglais), de cliquer sur « itinéraires » et de sélectionner la Balade œnotouristique de Morges Région. Il ne vous reste plus qu'à écarquiller les yeux, à savourer le paysage, à jouir de belles rencontres avec les vigneron et producteurs de la région, à déguster leurs nectars et leurs délices, et pourquoi pas à vous laisser tenter par quelques quizz ludiques.

Deux parcours à choix

Les deux parcours à choix (4.8km dans le vignoble de Morges ou 1,5km en ville de Morges) sont jalonnés de questions à choix multiples, d'épreuves radar avec la recherche et découverte d'un endroit précis, ou encore de rappels des points de vue qui valent la peine d'être immortalisés par une photo. Cette nouvelle offre a nécessité plus d'une année de travail, en collaboration avec l'Office du Tourisme du Canton, Vaud Terroirs, l'Office du tourisme de Morges Région, les vins de Morges et l'Association de la Région Cossonay-Aubonne-Morges (ARCAM).

Pour mémoire, le Grand Conseil vau-dois a voté en 2014 un crédit de 2,5 mil-lions de francs sur cinq ans pour déve-lopper le projet d'œnotourisme.

La mise en œuvre du concept est pilotée par Yann Stucki, chef de projet Vaud Œnotourisme. D'ici 2018, Vaud Œnotou-risme compte mettre en place un tel itiné-raire dans chaque région viticole ainsi qu'à la Vallée de Joux et au Pays-d'Enhaut.

Les balades seront régulièrement mises à jour en fonction des nouvelles offres proposées par les acteurs du terroir.

Une formation ad hoc

Les prestataires qui s'investissent – qu'ils soient vignerons, hôteliers, restaurateurs, vendeurs de produits du terroir – sont appelés à se former et se certifier. Vaud Œnotourisme a mis sur pied une formation de cinq jours de concert avec GastroVaud à Pully. Le but est d'offrir les valeurs, les connaissances et les outils utiles au développement de l'œnotourisme et à sa mise en œuvre dans chaque entreprise participante. « Au-delà de l'apprentissage de nouvelles connaissances, cette formation est un formidable outil de mise en réseau qui permet de tisser des liens et de développer des partenariats commerciaux », explique Yann Stucki.

Paroles de certifiés

«UNE AUGMENTATION DE LA CLIENTÈLE»

«J'ai suivi les cours pour la certification fin 2015 et j'y ai appris beaucoup de choses. Après quelques mois d'expérience, je constate que tant la plateforme liée à l'œnotourisme, tant les liens que nous avons pu tisser avec d'autres acteurs (producteurs, hôteliers, restaurateurs) nous amènent une augmentation de la clientèle. La certification est une bonne publicité. Elle permet aussi à tous ceux qui suivent cette formation de diffuser les mêmes valeurs en matière d'accueil.»
Aurélia Joly, Grandvaux

«TOUS LES AVIS SONT POSITIFS»

«Notre cave propose 160 vins, dont 130 références vaudoises représentant les cinq régions du canton, quelques crus valaisans, italiens et français. Notre certificat est affiché dans le restaurant et les clients sont très sensibles à notre démarche. Ils sont ravis de pouvoir avoir accès à une telle diversité représentative de nos différents terroirs. Tous les avis sont positifs.»
Serge Aymon, Le Moulin de Cugy, Cugy



photo, Luca Carmagnola



photo, Pierre Blanchard

L'œnotourisme au pas de course

Exploits sportifs et plaisirs du palais se conjuguent chaque automne lors d'une course pas comme les autres. Dans un cadre féerique, les vignerons des Côtes de l'Orbe attendent les participants aux ravitaillements et à l'arrivée pour leur faire découvrir les vins de la région. Sur 20 ou 10 km, en courant ou en marchant, les participants du semi-marathon, souvent déguisés, entrecourent leurs efforts d'arrêts gourmands sur une vingtaine de stands de vignerons, restaurateurs et associations de la région. 1'350 coureurs ont participé à cet événement en 2015.

Pour la prochaine édition du samedi 10 septembre, les inscriptions sont ouvertes sur www.semi-marathon-des-cotes-de-l-orbe.ch

Chillon : une verrée en dix langues

Des siècles durant, le château abrita cave et pressoir. Depuis 2011, le Clos de Chillon renoue avec son passé. Une quarantaine de barriques a été mise en place dans la première salle des souterrains où fut enchaîné François Bonivard, le héros du célèbre poème de Lord Byron, *Le prisonnier de Chillon*.

Après une visite guidée du château proposée en dix langues (!), les amateurs de bons vins sont invités à partager un moment agréable autour d'un verre de Clos de Chillon. Le Clos de Chillon Grand Cru, élevé et mis en bouteille au château reflète les valeurs de la Fondation du Château de Chillon qui exploite le monument : tradition, prestige et qualité. Situé dans l'aire d'appellation « Lavaux » ce vignoble de 12'500 m² s'étale le long de la rive du Léman où il bénéficie du micro-climat montreuilien.

Plus d'informations sur :
www.vaud-oenotourisme.ch

Le Livre sur les quais

Un menu tout en lettres et en saveurs

La manifestation morgienne fera une large place au goût lors de sa 7^e édition. Une scène culinaire et un village y seront dédiés.

Bon an mal an, le premier week-end de septembre, ce ne sont pas moins de 40'000 visiteurs qui se pressent sur les quais de la ville de Morges en quête de nouvelles découvertes littéraires et de rencontres avec leurs auteurs favoris.

Cette année, les organisateurs ont choisi de faire du goût un des thèmes phares de la manifestation.

En étroite collaboration avec la Semaine du Goût, une scène culinaire, la Place du goût, accueillera sous tente, aux abords du Château de Morges, auteurs d'ouvrages culinaires, vedettes locales, dégustations, ateliers, conférences et débats sur quelques *food trends* en vogue, ainsi qu'un concours avec des produits du terroir. Parmi les intervenants annoncés, des auteurs de livres de recettes, des spécialistes de l'alimentation sans gluten, vegan et végétarienne, de la nourriture pour sportifs, de la fermentation, de l'œnologie et des légumineuses. La Scandinavie étant hôte d'honneur cette année à Morges, la Suédoise Viveca Sten, célèbre auteur de polars, sera invitée à réaliser une recette de son cru, tirée de son livre *Skärgårdssommar* (recueil de recettes estivales de la région de Stockholm, non traduit).

Tout nouveau également cette année: une tente de 240 m² accueillera les visiteurs désireux de se sustenter dans une atmosphère simple et conviviale. Enfin, dans les allées et les jardins, un village du goût permettra aux chalandis d'échanger avec des producteurs et marchands de délices de nos terroirs.

**— Le livre sur les
quais, rendez-vous
des papivores et des
papilles curieuses et
gourmandes.**

Directrice du Livre sur les quais, Sylvie Berti Rossi se réjouit de pouvoir proposer cette nouvelle offre au public: « Les ouvrages consacrés aux recettes, aux tendances de l'alimentation, ou encore au vin sont très prisés. Nous sommes ravis de dédier un véritable espace aux auteurs avec une cuisine, et de contribuer à prolonger la réflexion sur la nourriture, la boisson et la diététique grâce à notre étroite collaboration avec La Semaine du Goût. Les tentes réservées aux producteurs et marchands permettront d'aller au-delà des livres, de rencontrer ceux

qui nous nourrissent et dont les produits sont utilisés pour enrichir l'imaginaire créatif des auteurs ».

La 7^e édition du Livre sur les quais, présidée par l'écrivain haïtien du Québec Dany Laferrière, s'annonce décidément gourmande, mais aussi flamboyante avec quelque 300 auteurs et deux prix littéraires, celui des Libraires du Livre sur les quais et le Prix Jeunesse 24 Heures.

**Pour de plus amples informations
sur la programmation :**
www.livresurlesquais.ch

Le livre sur les quais,
2-3-4 sept. 16 Morges.

**LA PLACE DU
GOÛT**

Scène culinaire avec démonstrations,
librairie, dédicaces, ateliers, espace
de restauration et produits régionaux.

www.livresurlesquais.ch



Le livre
sur /
les quais.
Morg...

Chic, des pois chiches suisses!



Un champ de lentilles.



Christina de Raad Iseli et Christian Iseli

Au pied du Jura, deux producteurs bios soucieux de diversification se sont lancés dans la culture de légumineuses : lentilles, pois chiches, soja.

C' était un pari: « Nous avons démarré avec de petites quantités, avant d'augmenter progressivement les surfaces et de semer des lentilles de couleurs différentes: vertes, rouges, noires ou des beluga, puis des pois chiches. »

Christina de Raad Iseli et Christian Iseli ont repris le domaine familial de 30 ha à la Sarraz en 2003, reconverti en mode bio et labellisé Le Bourgeon. Soucieux de diversification, ils ont ajouté poules et poulets aux grandes cultures et aux vaches; les lentilles ont suivi en 2010, les pois chiches en 2013.

Genève produit des légumineuses depuis 20 ans, mais il s'agit d'une première en bio. Premier souci, « l'impossibilité de désherber. Là-dessus, les lentilles se récoltent avec la même batteuse que les céréales, ce qui implique un nettoyage minutieux. Au préalable, on ramasse les cailloux à la main. Enfin, vu les quantités limitées, difficile de trouver un centre de tri: les lentilles en subissent trois: tamis, trieuse alvéolaire et densimétrique. Nous avons dû investir pour créer notre propre centre de tri. » Aujourd'hui, les Iseli cultivent 5 à 6 ha de légumineuses. Comme souvent, le bio implique des rendements variables, qu'on ne peut pas corriger par des intrants. Cela dit, « l'accueil

des consommateurs est excellent... » André Horisberger loue deux domaines à Bournens et Vufflens, soit 45 ha labellisés Le Bourgeon, et souhaitait se diversifier avec des cultures destinées à l'alimentation humaine. Il s'est lancé dans le soja en 2004: « Une culture délicate en raison des mauvaises herbes. Avant de semer, il faut bien préparer le terrain avec une horse-étrille, puis un vibro-culteur ». Seules les graines d'excellente qualité seront transformées en tofu. C'est le marché que vise André Horisberger. Avant d'y parvenir, il faudra sarcler 2 ou 3 fois, éradiquer à la main rumex, chardons, chénopodes et morelle noire, une baie qui colore le soja et le rend inutilisable.

PLAT PRINCIPAL

4 PERS.



15 MIN.



1 H



Salade de pois chiches à l'orientale

250 g de pois chiches secs*
2 c.s. de ras el hanout
(épices à couscous)
2 oignons rouges
1 petit bouquet de menthe
2 citrons confits
(épicerie orientale)
50 g de féta
1 jus de citron
3 c.s. d'huile d'olive
sel, poivre

La veille, faire tremper les pois chiches dans un grand volume d'eau fraîche.

Le lendemain, faire cuire les pois chiches dans de l'eau sans sel. Egoutter, rafraîchir à l'eau froide. Oter la petite pellicule qui entoure les pois chiches.

Prélever l'écorce des citrons confits et la tailler en fins bâtonnets. Couper les oignons rouges en lamelles.

Confectionner une vinaigrette avec le jus de citron, l'huile d'olive, le ras el hanout, un peu de sel et de poivre. En arroser les pois chiches.

Ajouter le citron confit et l'oignon. Intégrer la féta émiettée et la menthe ciselée au moment de servir comme accompagnement.

*Une recette
de Manuella
Magnin*

*La ferme Iseli à La Sarraz dans le canton de Vaud propose d'exquis pois chiches bio à la vente.

Pour de plus amples informations :

Ferme Iseli,
Route de Dizy 1
1315 La Sarraz
021 866 66 01
ou 079 762 87 11

photo : Corinne Sporrer

Agriturismo.ch réinvente les vacances

Vivre à la ferme, dormir sur la paille, déguster des produits régionaux: les quelque 330 membres d'Agriturismo Suisse permettent de jouir de moments inoubliables, en communion avec la nature, dans des paysages idylliques... et à prix doux. Un vrai retour aux sources du tourisme.

Bien avant la construction des palaces de la Belle-Epoque, le tourisme helvétique s'est en effet développé grâce à l'accueil des villageois et des fermiers. Ils offraient le gîte aux nobles voyageurs britanniques et russes sur le chemin de leur « Grand Tour », qui les menaient généralement vers l'Italie en passant par les merveilles du paysage helvétique.

Cent cinquante ou deux cents ans plus tard, le contexte n'est plus le même. L'hôtellerie s'est développée et les moyens de transports ont complètement modifié l'approche du voyage. Mais de plus en plus de vacanciers renoncent aux avions gros porteurs pour se rendre de l'autre côté de la planète. À vélo, ils parcourent les pistes cyclables d'Amsterdam jusqu'à Rome, à pied, ils cheminent depuis les sources du Rhin jusqu'à Bâle. Et lorsqu'ils s'arrêtent, ils privilégient les rencontres avec l'habitant.

Depuis 2010, l'organisation Agriturismo Suisse est la plateforme de commercialisation des offres de tourisme rural, qui comprennent les nuitées à la ferme (sur la paille, dans une chambre individuelle ou à plusieurs lits ou encore dans un appartement de vacances) mais aussi la vente directe, l'organisation de manifestations et la restauration à la ferme. Des lieux de séjours uniques et idylliques dans toute la Suisse.

**— On peut loger dans
de rustiques chalets d'alpages,
d'authentiques
maisons vigneronnes
ou des fermes cossues.**

De la grâce paisible du lac de Constance aux grandioses paysages alpins, et des vallons jurassiens aux rives du Léman, on peut loger dans de rustiques chalets d'alpages, d'authentiques maisons vigneronnes ou des fermes cossues autour desquelles gambadent veaux et chevreaux, voilà une manière conviviale et abordable de réinventer les vacances pour petits et grands!

**Agriturismo Suisse — 3007 Bern
031 359 50 30
www.agrotourismus.ch**



Le Tessin sublimé

C'est sur les pentes boisées du Monte Genroso que se dresse cette adorable petite maisonnette. Autrefois dévolue à la chasse aux oiseaux, elle s'intègre aujourd'hui au domaine viticole de Luciano et Grazia Cavallini: « À présent, cette maisonnette sert d'observatoire pour les oiseaux et permet de loger trois personnes ». On y dort dans la quiétude d'un vallon verdoyant, on y déguste les excellents crus « maison » (cave ouverte les 26 et 27 novembre) et on y découvre des paysages somptueux.

INFORMATIONS

Cantina Cavallini — 6838 Cabbio
091 684 15 79 — www.cantinacavallini.loonity.ch



Au pays de Heidi

Aux portes de Coire et à quelques kilomètres des paysages de Heidi, le village de Felsberg est la patrie d'Evelyne Widmer-Schlumpf. Troisième génération de la même famille, Johannes et Gisela Danuser et leurs trois enfants ont développé un gîte rural dans leur ferme. On y dort sur la paille ou dans des chambres simples et accueillantes, on y déguste un petit-déjeuner composé de tresse maison, de confitures du domaine, de beurre d'alpage et l'on y côtoie canards et veaux près de la place de jeux pour les enfants. Les touristes affluent des USA, de Chine, de Nouvelle-Zélande et de Russie!

INFORMATIONS

Biohof Danuser — 7012 Felsberg
081 253 30 79 — www.biohof-danuser.ch



Au pied du glacier

Dans l'une des plus belles vallées des Alpes vaudoises, le chalet le Madrier n'est qu'à cinq minutes des pistes de ski et au départ de magnifiques randonnées. À deux pas de l'adorable village de Vers l'Eglise et de son petit musée des Ormonts, Catherine et Alain Sthioul-Cossy proposent une table d'hôtes et de jolies chambres boisées. Dans la salle à manger ouverte sur le paysage alpin ou sur la terrasse ensoleillée, on déguste des plats composés de produits du terroir arrosés d'eau de source ou de bons crus de la région.

INFORMATIONS

Le Madrier — 1864 Vers-L'Eglise
024 492 22 12 — www.lemadrier.ch



En plein vignoble

La Thur serpente entre forêts et vignobles dans une plaine verdoyante ourlée de collines. C'est dans ce paysage paisible et idyllique que se situe la ferme de Peter et Doris Werner, agriculteurs et vigneron. Le domaine où s'épanouissent les petits animaux de la ferme (lapins, poules), comprend une place de jeux pour les enfants (avec un grand trampoline et une cabane dans un arbre!), la possibilité de faire son propre barbecue, des chambres simples et lumineuses. Environs idéaux pour pratiquer l'équitation et le vélo.

INFORMATIONS

Pünthof, Peter und Doris Werner — 8415 Berg am Irchel
052 318 22 39



IP-SUISSE, une coccinelle pour la nature

Depuis 1989, le petit coléoptère symbolise le respect de l'environnement et des principes en matière de protection des animaux. Quelque 20'000 agriculteurs y adhèrent à travers le pays.

IP-SUISSE, quésaco? Une charmante et sympathique coccinelle apposée sur les murs de certaines fermes dans toute la Suisse et sur des emballages de produits alimentaires proposés dans le commerce. Et, surtout, une association d'agriculteurs qui a vu le jour en 1989 et qui groupe quelque 20'000 membres dans tout le pays. Tous s'efforcent au quotidien de produire nos aliments (viandes, céréales, huile de colza, pommes de terre, lait...) en respectant les règles en matière de protection des animaux et de la nature. La production proposée par ces paysans helvètes est exempte d'OGM. Ces professionnels de la terre renoncent en grande partie à l'utilisation de fongicides et de pesticides. Les animaux détenus dans les exploitations IP-SUISSE peuvent vivre selon leurs modes de vie naturels et profitent des sorties en plein air ainsi que d'un affouragement sain. L'avantage pour les cultivateurs et éleveurs? «En contrepartie de leur engagement et des surcoûts engendrés par une production respectueuse de la nature, les agriculteurs

bénéficient de la garantie d'être rémunérés pour leurs efforts au juste prix», explique Jacques Demierre, à la tête du bureau romand d'IP-SUISSE.

L'association représente les intérêts de ses membres vis-à-vis des partenaires commerciaux, des consommateurs et des autorités. Son siège se situe à Zollikofen, avec des bureaux à Lausanne et au Tessin.

Le but d'IP-SUISSE est de proposer une production de qualité élevée avec une réelle plus-value tant pour les consommateurs que pour les producteurs. Les instances dirigeantes du label assurent le contrôle indépendant, la traçabilité et la certification de toute la chaîne du producteur au consommateur. Elles promeuvent la production et la commercialisation des produits labellisés tant dans la grande distribution qu'auprès des artisans transformateurs et des partenaires de la restauration.

Les principaux produits IP-Suisse (chiffres 2015)

VIANDE 650'000 animaux, commercialisés chez Migros, Manor, McDonald's, boucherie du Molard, Volg, boucheries et restaurants.

CÉRÉALES 120'000 tonnes, commercialisés chez Migros, Hiestand, McDonald's, Naturel, Volg, Spar, Coop.

HUILE DE COLZA 2'500 tonnes, commercialisées chez Migros, McDonalds, Volg, Spar.

POMMES DE TERRE 10'000 tonnes, commercialisées chez Migros, Coop, Volg.

LAIT 25 mio de kg, commercialisés chez Migros.

AUTRES jus de pommes, œufs, maïs alimentaire, quinoa...



Centre ornithologique
suisse de Sempach

La biodiversité comme credo

En 2008, les paysannes et paysans membres d'IP-SUISSE ont décidé d'intégrer la protection de la biodiversité dans leurs directives. De concert avec la station ornithologique de Sempach et la Migros, l'association a conçu un système de points pour favoriser l'épanouissement de la flore et de la faune. Tous les producteurs du label doivent remplir impérativement des conditions très strictes, validées par un suivi. Les exploitations ont le choix entre une trentaine de mesures susceptibles de leur permettre d'atteindre un minimum de 17 points.

Concrètement, les exploitations IP-SUISSE favorisent la diversité de l'écosystème, des espèces et des gènes. Dans les faits, il peut s'agir de proposer un habitat naturel pour l'alouette des champs (voir encadré), de procéder à des jachères afin que le sol puisse se reposer,

et offrir un lieu de vie pour les insectes et les animaux sauvages, ou encore de perpétuer la tradition des vergers à hautes tiges dans lesquels diverses espèces d'oiseaux aiment nicher. Parmi l'arsenal des mesures en faveur de la biodiversité, des prairies peu intensives, permettant aux fleurs sauvages et à la petite faune de s'épanouir, viennent compléter ces actions en faveur de la flore et de la faune. Reptiles, plantes rares, oiseaux se voient aussi offrir des haies d'arbustes ainsi que des tas de branches et de pierres.

L'application de ces mesures permet aux paysans d'obtenir de précieux points qui sont attribués en fonction de leur impact positif sur la nature.

Une alouette choyée

La densité des plantes dans la culture céréalière entrave l'épanouissement des alouettes des champs. IP-SUISSE a entrepris de proposer la réduction de la densité des plantations sur de petites surfaces afin que ces oiseaux puissent y vivre et s'y reproduire.

L'alouette des champs apprécie les airs mais aussi la terre. Elle vit sur des sols pas trop humides et couverts de végétation clairsemée. Ce volatile a coutume de construire son nid de préférence dans les cultures herbacées. Afin d'améliorer les sites de nidification et d'offrir à cet oiseau une nourriture plus abondante, certaines parties des champs de céréales reçoivent un semis espacé ou ne sont pas du tout ensemencées. En 2016, ce ne sont pas moins de 3'845 ha de céréales IP-SUISSE, qui ont ainsi été mis à disposition des alouettes à travers le pays.



Céréales durables

4'500 producteurs cultivent bon an mal an 120'000 tonnes de céréales panifiables de haute qualité selon un cahier des charges très strict. La protection de la nature et du consommateur est le grand principe qui sous-tend toute la production de céréales. IP-SUISSE commercialise un tiers de la production indigène. Les 4'500 producteurs qui cultivent pour le label n'ont recours à aucun fongicide, insecticide ou régulateurs de croissance. Les néonicotinoïdes (produits toxiques utilisés comme insecticides) sont bannis en raison de leur impact désastreux sur les insectes et notamment les colonies d'abeilles.

Les céréales labellisées IP-SUISSE de très haute qualité boulangère sont réceptionnées séparément des récoltes conventionnelles et transformées avec soin.

Avec les pains élaborés à base de farines issues de ces cultures, les consommateurs ont la certitude d'acquiescer un produit suisse de qualité irréprochable. Les pains et la farine, qui répondent aux exigences d'IP-SUISSE, sont reconnaissables grâce au label de qualité de la « coccinelle », TerraSuisse, ou déclarés comme produits « Naturel » à l'étalage.

Du quinoa helvétique

De la même famille que la betterave et associé à tort à une céréale, le quinoa est une plante herbacée originaire des Andes et dont on récolte les graines après maturation.

Le quinoa est devenu très populaire ces dernières années en Europe, notamment en raison des allergies et intolérances au gluten, dont il est exempt. Les Suisses affectionnent de plus en plus cette petite graine. Le quinoa est riche en micronutriments, en protéines de haute qualité ainsi qu'en sels minéraux importants du point de vue nutritionnel. De 20 tonnes importées en Suisse en 2009, on est passé à 270 tonnes en 2014.

Il n'en fallait pas plus pour convaincre l'agriculteur moudonnois Michel Richardet de se lancer dans un projet pilote de production de quinoa sur sol helvétique chapeauté par IP-SUISSE. « Mes premiers essais l'an dernier ont été réduits à néant en raison des trop grandes chaleurs. Mais je suis déterminé à poursuivre. On tire toujours leçon de ses erreurs ! » Cette année, environ 20 hectares de quinoa blanc sont semés. Si tout va bien, il devrait pouvoir être récolté entre 15 et 25 tonnes à l'automne.



Genuss'16

Savourer le terroir. Déguster les saisons

Prenez part aux manifestations du 19 août au 11 septembre.

Interview avec
la famille Invernizzi
Hôtel & Landgasthof
Kemmeriboden Bad



— **Chère Famille Invernizzi, depuis quand dirigez-vous l'Hôtel et le Landgasthof Kemmeriboden Bad ?**

Notre établissement est entre les mains de la même famille depuis six générations. Reto Invernizzi a grandi à Kemmeriboden Bad. C'est lui qui dirige la maison depuis 2010 avec son épouse Alexandra Invernizzi.

— **Les produits régionaux figurent parmi vos priorités. Ils imprègnent votre cuisine. Avec quels producteurs et fournisseurs locaux travaillez-vous régulièrement ?**

Nous privilégions les producteurs et les fournisseurs de notre commune et des localités voisines. Il nous tient à cœur d'établir et de maintenir des liens locaux et durables. Ainsi, notre excellente collaboration avec la boulangerie de Stein in Bumbach se poursuit au fil des générations. La famille Riedwyl produit notre fameuse « meringue de Kemmeriboden ». Et nous restons en relation avec les trois boulangeries du lieu. Côté viandes et produits laitiers, c'est dans la commune voisine de Schangnau que nous nous les procurons. À la boucherie Bieri et à la Hohgantkäserei, à Schangnau, de même qu'à la boucherie Krügel et à la fromagerie d'alpage de

Marbach. Et nous nous réjouissons de pouvoir nous fournir en œufs, en baies, en légumes et en viande directement à la ferme, chez divers paysans de Schangnau.

— **En quoi ces producteurs et leurs produits se distinguent-ils ?**

Les producteurs locaux sont très étroitement liés à notre région. Ils produisent avec amour et fierté. Et cela se ressent dans leurs produits.



— **Cette année encore, vous et votre équipe participerez à Genuss'16 avec un événement aussi original que créatif. Pouvez-vous nous dire pourquoi il ne faut pas manquer ce rendez-vous et pourquoi il convient de le noter en gras dans nos agendas dès à présent ?**

Il nous tient à cœur de transmettre l'histoire des collaborations entre notre maison et ces fournisseurs, de même que de faire savoir ce qu'était la vie de curiste à Kemmeriboden Bad en 1928. Et cela, sur fond d'une double notion de durabilité: le passé et l'avenir. En effet, les produits régionaux sont élaborés,

puis servis par nos jeunes talents, les professionnels de demain. Les apprentis de différentes professions organisent cet événement de A jusqu'à Z. Alors nous nous réjouissons de votre visite!

Genuss'16

Genuss'16 est une plate-forme d'organisation et de communication qui vise à attirer l'attention des amateurs de spécialités locales et de tous ceux qui aimeraient le devenir sur la diversité des produits régionaux. Son but est de les convaincre de la haute valeur ajoutée de ces produits, en mettant en valeur leur élaboration et leur présentation jusque dans les assiettes.
Plus d'informations à l'adresse :
www.regionalprodukte.ch/genuss

« Das Beste der Region »

L'Association « Das Beste der Region » représente 20 labels régionaux et associations de paysans des cantons d'Argovie, des deux Bâle, de Berne, du Jura, de Soleure, de Zurich et de Suisse Centrale. Notre but consiste à promouvoir la vente de spécialités alimentaires et le développement de l'artisanat local, comme une valeur ajoutée pour chaque région. Notre label « Das Beste der Region » garantit des produits authentiques.



EXPÉRIENCE CULINAIRE À LA TABLE D'EDGARD



FORFAIT GOURMET DÈS CHF 720.-

POUR 2 PERSONNES

- 1 nuit en chambre double
 - Fruits et chocolats en chambre
 - Menus Signature à la Table d'Edgard
 - Petit-déjeuner buffet
 - Accès libre au CBE Concept Spa
- Tous nos prix incluent :
 - carte de transports lausannois
 - WIFI
 - mini-bar
 - service
 - TVA



| | simple | double |
|---------------------------|-----------|--------|
| Chambre Business : | CHF 500.- | 720.- |

| | simple | double |
|-------------------------|-----------|--------|
| Chambre Deluxe : | CHF 590.- | 810.- |

| | simple | double |
|-----------------------|-----------|--------|
| Junior Suite : | CHF 690.- | 910.- |

Taxe de séjour chf 4.20 par personne et par nuit
Information & Réservation +41 21 331 31 31 ou reservation@lausanne-palace.ch



GRAND-CHÊNE 7-9 > CH-1002 LAUSANNE
WWW.LAUSANNE-PALACE.COM



WIR, la banque des PME

« 82 ans – et pas près de s’arrêter » :
cette formule très simple résume
parfaitement le système WIR
pour PME tel qu’il est aujourd’hui,
et qui reste unique au monde de-
puis sa création en 1934.

Textes, Flavia Giovannelli — Photos, DR

Fin 2015, la masse monétaire WIR avoisinait les 780 millions de francs. Chaque franc WIR est manipulé environ 1,7 fois par les quelque 60’000 participants actuels.

Mais les activités de la Banque WIR reposent aussi sur un second pilier: cette société coopérative est également une banque « traditionnelle » qui propose aux clients privés des solutions de financement, d’épargne et de prévoyance à des conditions attrayantes. Le réseau WIR et les services bancaires proposés sont une affaire purement suisse et incarnent donc la « swissness » à l’état pur.

WIR peut ainsi se targuer de garantir aux PME suisses que leurs ordres et contre-prestations seront exclusivement exécutés en Suisse. Le slogan « de PME à PME » reflète très bien cet esprit WIR.

Autre manière de dire les choses: la Banque WIR est un établissement suisse au service de l’économie pouvant se prévaloir d’une grande expertise bancaire.

Le succès des affaires avec WIR repose sur une sorte de règle d’or: la dépense en WIR est budgétisée et planifiée en amont de l’acceptation WIR – il y a donc conversion lors de la budgétisation. Ce faisant, la monnaie complémentaire offre l’opportunité de réaliser un chiffre d’affaires supplémentaire, et donc un revenu additionnel. Pour les PME, la valeur ajoutée qui en résulte est évidente – ne serait-ce que du fait que les crédits WIR constituent l’offre de financement la plus intéressante sur le marché suisse à long terme.

L’esprit de solidarité, qui était déjà au premier plan au moment de sa création,

est plus d’actualité que jamais pour le tissu économique suisse fortement alimenté par les PME. La Banque WIR et le système WIR, qui va de pair avec l’établissement, sont donc loin d’être obsolètes malgré l’évolution rapide au fil des ans: les clients d’aujourd’hui – qu’il s’agisse de clients privés ou d’entreprises – se sont habitués aux nouveaux canaux de communication, ont embrassé le numérique et souhaitent que leurs opérations bancaires soient exécutées aussi rapidement que possible. Les nouveaux produits et services à venir sont donc appelés à être encore plus attractifs, à étendre considérablement le périmètre du réseau WIR et à dynamiser davantage encore l’univers WIR grâce à une transparence accrue.

« Le système WIR a une dimension sociale et solidaire »



Economiste et homme de presse, **Hervé Dubois** a intégré la Banque WIR en 1995 comme responsable de la communication. Il en connaît donc tous les rouages et toute l'évolution. Aujourd'hui à la retraite, il est régulièrement invité dans des conférences pour parler de sa « Fascination-WIR », du titre de l'ouvrage qu'il a rédigé à l'occasion des 80 ans de la banque.

Propos recueillis par Flavia Giovannelli

— Dans votre livre, comme son nom l'indique, vous évoquez le pouvoir de fascination qu'a la Banque WIR : pourquoi cet engouement ?

Pour bien le comprendre, il faut remonter aux origines. Lancée pendant la Grande Dépression, la monnaie WIR existe depuis 1934. C'est le fruit de l'imagination de deux hommes d'affaires suisses visionnaires, Werner Zimmermann et Paul Enz. Le système WIR a ensuite traversé toutes les époques, s'adaptant à la haute conjoncture, tout en étant encore plus utile pendant les périodes de récession. Ainsi, Bernard Lietaer, l'un des fondateurs de l'euro qui connaît bien le WIR, reste persuadé que de telles monnaies complémentaires, surtout régionales, sont les seules à pouvoir sortir de l'endettement les pays pauvres. Il y a donc une dimension idéaliste dans ce projet.

— Il existait d'autres monnaies de ce type lancées pendant la récession, qui ont aujourd'hui disparu. Pourquoi le WIR a-t-il mieux évolué ?

Je pense que la monnaie WIR a survécu grâce au fait qu'une licence bancaire lui a été accordée en 1936. Ce qui assez amusant, car il ne s'agissait pas

d'un cadeau des autorités. Celles-ci souhaitent plutôt soumettre l'établissement à la Loi sur les Banques et, ainsi, contrôler son système. Avec le recul, cet événement s'est avéré très bénéfique.

— Le WIR n'est pourtant pas très connu du grand public : pourquoi ?

Il y a sans doute plusieurs explications, la première étant que cette monnaie s'adresse aux entreprises, non aux particuliers. Son but consiste à favoriser un réseau fermé préférentiel, où il s'agit de multiplier les échanges entre les membres. Les petites structures, qui seraient sans cela esseulées, en profitent le plus. Enfin, le WIR s'est mieux implanté dans certaines régions situées à l'écart des grands centres urbains, comme le Mittelland.

— Vous apparaissez dans le film *Demain*, réalisé par Cyril Dion et Mélanie Laurent : racontez-nous !

Il se trouve que j'avais même oublié que cette équipe, dirigée par Cyril Dion, était venue à Bâle pour m'interviewer, car je n'ai plus eu de nouvelles avant la sortie du film. Lorsque des amis m'ont appris qu'ils m'y avaient vu, j'étais le premier surpris !

— Pensez-vous que WIR pourra continuer à jouer son rôle en faveur d'une économie solidaire ?

Je rappelle que le WIR évolue de manière parallèle au franc suisse, tout en étant un système monétaire privé, qui fonctionne en circuit fermé, entre ses quelque 60'000 membres. Sa force vient du fait qu'il s'est développé au cœur du fonctionnement économique et social de la Suisse.



La Banque WIR, c'est déjà « Demain » !

Un rôle en or, pour une banque qui propose un système de financement des PME différent. Voilà ce que se sont dit Mélanie Laurent et Cyril Dion, lorsqu'ils ont imaginé leur film, Demain, qui raconte sous forme de road-movie toutes les initiatives originales qui permettent d'imaginer une autre forme d'organisation sociale. Pour tourner le chapitre consacré au système monétaire, le réalisateur s'est donc rendu à Bâle, où se trouve le siège de WIR, qui se révèle là comme un modèle inspirant pour ce documentaire couronné d'un César en 2016.

Faut-il répéter sans cesse que le monde court à sa perte, par la faute de l'homme, et énumérer les nombreuses catastrophes naturelles ou non qui nous pendent au nez? Constatant que cette approche trop fréquente ne sert pas à grand-chose, Cyril Dion, activiste «vert» et l'actrice Mélanie Laurent ont donc choisi de prendre le pari inverse: raconter ce que la société humaine pourrait être demain – d'où le nom de leur film- en partant à la recherche de solutions, de bonnes pratiques inspirantes aux quatre coins de la planète.

Leur approche s'avère également insolite dans la forme privilégiée par les réalisateurs, qui misent non seulement sur un message d'engagement fort, mais aussi sur l'émotion et la beauté. La voix off de Mélanie Laurent sert de fil conducteur aux questions que se pose le spectateur. Elle résume aussi les situations avant de passer à l'étape suivante, sachant que les chapitres s'enchaînent de manière logique, avec cinq volets: l'agriculture, l'énergie, l'économie, l'éducation et la démocratie.

Dans le chapitre qui traite du financement des entreprises, en dehors du système monétaire traditionnel, trop spéculatif, Cyril Dion a identifié la Banque WIR. Il s'est donc rendu à Bâle pour comprendre comment ce système a pu être mis en place pendant la Grande Dépression et s'avérer encore bien utile pour le monde actuel ou futur.

Actuellement, le fait que le moteur de nos économies soit de l'argent créé essentiellement au travers des banques privées par l'endettement est un vrai problème. Aujourd'hui, un quart des PME en Suisse utilise le WIR.



Le WIR, c'est quoi ?

Le WIR est une monnaie virtuelle, parallèle au franc suisse, qui permet à plus de 45'000 PME helvétiques d'obtenir du crédit à bon compte, tout en développant leur clientèle. Par exemple, imaginons une imprimerie, qui emploie une vingtaine de collaborateurs. Son patron et les employés mangent régulièrement auprès d'un restaurateur, également membre du système, qu'ils paient donc en WIR.

Le restaurateur peut ainsi augmenter son chiffre d'affaires mais aussi payer ses fournisseurs, s'ils sont membres, toujours en WIR, et ainsi de suite, en circuit fermé.

La gastronomie pour les jeunes



**Aujourd'hui,
dans tous les cantons
romands et au Tessin,
dans les Grisons
et dans
le Canton de Berne,
pour seulement
60 francs,
les 16 – 25 ans
(18 – 25 pour le Tessin
et la Suisse alémanique)
peuvent découvrir
des grandes tables
et des mets
d'exception.**

L'initiative, dont le succès a été immédiat dès le lancement, suscite l'enthousiasme des restaurateurs, accueillant une nouvelle clientèle, et des jeunes, ayant un accès facilité à la gastronomie.

Un large choix de grandes tables est proposé dans les cantons Berne, Fribourg, Genève, Grisons, Jura Bernois Neuchâtel, Tessin, Vaud et Valais. Comme un repas gastronomique ne se conçoit pas sans bons vins, les associations viticoles cantonales soutiennent l'opération en offrant quatre onces de vin en accord avec le menu, composé de quatre plats.

L'occasion rêvée pour les jeunes épicuriens de s'initier à l'art de la gastronomie!

Réservez vos places à partir du 15 août sur le site www.gout.ch



Une nourriture saine pour tous

En lançant l'initiative «Pour la souveraineté alimentaire. L'agriculture nous concerne toutes et tous», Uniterre a amorcé un véritable débat public. Son but: nous permettre de prendre part au processus de décision politique touchant à notre alimentation. Le nombre de signatures nécessaire à l'aboutissement de l'initiative a été atteint le 30 mars 2016. En complétant la Constitution, nous voulons qu'enfin les questionnements et les préoccupations de la population soient pris au sérieux. La souveraineté alimentaire paraît a priori complexe. En fait, elle se concrétise par des solutions directes et pratiques. Cette initiative en dessine les lignes directrices, qui permettent de transformer la politique

agricole actuelle en une politique visant une alimentation durable et saine.

À Berne, politiciens et politiciennes se concentrent sur des détails de politique agrarienne au rythme endiablé de quatre sessions par an. Ce faisant ils empêchent l'émergence d'une vraie vision. Cette initiative s'attache à favoriser les produits locaux sans pour autant nuire aux autres pays. Comme ailleurs dans le monde, la production d'aliments suisses reste actuellement régie par une quête de croissance. Il en résulte la démultiplication de transports inutiles, d'exportations et d'importations. Pour assurer l'acheminement de ces denrées, le transport par camions, par avions et par bateaux, ne cesse de

croître. Alors que nous voulons tous savoir d'où proviennent les aliments que nous mangeons et dans quelles conditions ils sont produits, une transparence et une déclaration sans équivoque des aliments s'impose. Le rapport sur l'agriculture mondiale l'atteste: «Le status quo n'est pas acceptable». Nous devons rectifier le tir et changer les mentalités en profondeur. Il s'agit d'eau, de sol, de semences et de notre santé.

Pour de plus amples informations:
www.souverainete-alimentaire.ch/in/fr



L'agriculture écologique étudiée sous les Tropiques

Textes, Sophie Dorsaz — Photos, DR

Depuis longtemps reconnu sous nos latitudes, le potentiel de l'agriculture écologique est encore à l'étude sous les Tropiques. La Direction du Développement et de la Coopération (DDC) soutient en ce sens plusieurs programmes de recherche visant à comparer les méthodes de production conventionnelles et biologiques.

La Suisse est un des pays leaders en termes d'agriculture écologique avec le soutien à différents modes de production en faveur de la nature et de l'environnement. En plus de ses 11% de terres cultivées selon des méthodes biologiques, elle s'attèle à la promotion de la diversité des espèces et des habitats naturels ainsi qu'à la protection des ressources naturelles. Elle joue par ailleurs un rôle clé dans la recherche sur l'agriculture biologique dont les prémices remontent aux années 80. « Ces systèmes de production que l'on croyait impossibles il y a trente ans ont aujourd'hui démontré leurs avantages et leurs bienfaits sur l'environnement. Notre rôle est maintenant d'étendre nos recherches à l'international », note Christina Blank, responsable des projets agro-écologiques de la Direction du Développement et de la Coopération (DDC).

À l'échelle mondiale, l'agriculture organique représente moins d'un pourcent des terres cultivées et sa pratique se trouve concentrée dans les pays du Nord. Malgré les succès régulièrement attribués aux exploitations biologiques, aucune étude n'a pour l'heure démontré qu'il s'agissait de la solution idéale pour les populations du Sud en termes de coût de production, de rendement, mais aussi de qualité de vie et de sécurité alimentaire. Pour pallier ce manque de preuves scientifiques, la DDC soutient financièrement plusieurs projets menés par l'Institut de recherche de l'agriculture biologique (FiBL) basé à Frick, en Argovie.

Une première étude nommée « SysCom » vise à comparer la productivité entre les cultures biologiques et conventionnelles au Kenya, en Inde et en Bolivie,

sur les plans agronomiques, écologiques et économiques. Un second programme appelé « ProEcoAfrica » a pour but de générer des preuves scientifiques comparatives entre les systèmes de production pour les petits producteurs au Ghana et au Kenya d'un point de vue socioéconomique. « L'essentiel est qu'au final les paysans puissent s'informer et choisir librement les méthodes qui leur conviennent le mieux en fonction de leur condition de vie et de production », ajoute Christina Blank.

Au Kenya, en Inde et en Bolivie, le bio à l'essai

Sous les Tropiques, les conditions de production pour l'agriculture biologique sont sensiblement différentes de celles de l'Europe. Dans les climats secs, certaines méthodes bien connues chez nous comme les cultures couvertes ou

le paillage sont difficilement transposables dû au manque d'eau. Dans les zones humides, les risques liés aux maladies sont au contraire plus présents et plus forts, la période de croissance des cultures s'étalant sur toute l'année. «A cela, il faut ajouter une différence majeure que sont les subsides accordés aux agriculteurs en Europe pour produire du bio, qui n'existent pas ou peu sous les Tropiques», mentionne Monika Schneider, cheffe de projets au Département de la coopération internationale au FiBL. À partir de ces constats, une étude comparative entre cultures biologiques et conventionnelles portant sur la production de cacao en Bolivie, de coton en Inde et de maïs et légumes au Kenya a été lancée en 2007, incluant producteurs locaux, instituts de recherche, universités, instances politiques et industries alimentaires.

Aujourd'hui, ces observations permettent de dégager des premières tendances. «En Bolivie par exemple, la production de cacao en sylviculture écologique a démontré un ratio intéressant entre le rendement et le travail réalisé. En Inde, nos recherches attestent qu'en dépit d'un rendement légèrement inférieur, les recettes brutes du coton biologique sont égales ou meilleures à celles du coton produit de manière conventionnelle. Quant au Kenya, la culture du maïs bio a un rendement avantageux au bout de la 5^e ou 6^e année de production», explique Monika Schneider. Mais la recherche ne s'arrête pas là, l'étude comparative devrait durer une vingtaine d'années pour identifier plus précisément les avantages et inconvénients des différentes méthodes.

Comparer pour plus de sécurité

Au Ghana et au Kenya, la DDC soutient le projet du FiBL dénommé «ProEcoAfrica», qui se concentre plus spécifiquement sur les conséquences

socioéconomiques des systèmes de production conventionnels et organiques. Pour ce faire, des interviews sont réalisées chez quelques 1700 producteurs dans des zones humides et semi-arides de ces deux pays pour comparer la productivité et la rentabilité des différentes cultures.

«À l'issue du projet, les petits propriétaires se trouveront ainsi mieux informés sur les technologies de production alimentaire avantageuses pour faire face aux défis climatiques», note Irene Kadzere, coordinatrice du projet pour le

FiBL. Actuellement, les chercheurs ne peuvent encore tirer de conclusions du programme mené depuis 2013. Toutefois, «ProEcoAfrica» se révèle déjà intéressant pour les femmes actives dans l'agriculture, souvent défavorisées face à leurs homologues masculins dans l'accès aux informations, aux ressources et aux opportunités de marketing. «Dans ces pays, plus de 60% des producteurs sont des femmes. Les développements et améliorations dans le domaine agricole impactent donc directement sur le bien-être de ces dernières et de leurs familles», conclut Irene Kadzere.

La DDC et l'Union Africaine main dans la main pour développer l'agriculture écologique.

En parallèle aux projets menés par le FiBL en Bolivie, au Kenya, au Ghana et en Inde, la Direction du Développement et de la Coopération s'est alliée à l'Union Africaine pour encourager l'usage de méthodes de production écologiques dans huit pays africains. L'initiative appelée EAO (pour Ecological Organic Agriculture) entend sensibiliser les politiques à la production intégrée et à l'éco-système dans toute sa diversité, en touchant les systèmes de production nationaux, les politiques agricoles publiques et leurs plans d'investissement mais aussi les pratiques d'information et l'organisation des marchés. L'objectif est d'améliorer la sécurité alimentaire des ménages ainsi que les revenus des petits producteurs tout en assurant la durabilité environnementale de la production.





LE CHOIX OPTIMAL POUR UNE PUBLICATION À SUCCÈS.

Chez nous, réaliser un support commence bien avant le stade de l'impression. Et va bien au-delà. En effet, en tant qu'entreprise innovante, nous ne nous contentons pas d'optimiser les processus: nous étendons constamment notre gamme de prestations. Notamment pour relier plus rapidement et plus étroitement le monde électronique au monde de l'impression. Vous aussi, perfectionnez vos processus – nous sommes là pour vous apporter notre aide.

www.swissprinters.ch

SWISSprinters
Prémédia – Impression – Service

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 plate-forme de rencontres entre les milieux belge, européen, luxembourgeois et suisse aussi bien dans les domaines économique, politique que culturel.

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.

Notre chambre de commerce organise une dizaine d'événements par an, dont, de manière régulière, un cocktail d'été au mois de juin et un dîner de Noël au mois de décembre, tous deux en Belgique, ainsi qu'un cocktail de Nouvel an au mois de février à Luxembourg. Par ailleurs, les membres reçoivent gratuitement notre revue annuelle, le Swissnews.

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 IBAN BE27 4352 2517 5173 - BIC KREDBEBB ouvert auprès de la KBC Banque Bruxelles Congrès.

Nom et prénom ou raison sociale et personne de contact

.....

Adresse

.....

Tél. Fax

E-mail

Profession et branche principale d'activité

.....

Date Signature

A retourner par fax : +32 2 649 80 19 ou
par mail : info@chambredecommercesuisse.com

Le pain : basique, mais jamais banal!

Blanc, complet, au safran ou aux fruits : le pain fascine par sa diversité. Fourchette verte met à l'honneur cet incontournable de nos repas.

En tartines, trempé dans la soupe, en kebab ou en sandwich : les Suisses dévorent 50 kilos de pain par an. Du petit déjeuner au goûter, il est présent à tous nos repas ou presque. Cette année, la Fédération Fourchette verte Suisse met à l'honneur cet aliment incontournable... mais jamais banal!

Pourtant, les mauvaises langues assurent que le pain fait grossir. « Cela fait plus de 20 ans que nous essayons de démonter cette idée reçue », répond Laurence Margot, diététicienne et coordinatrice Fourchette verte Vaud. « Manger du pain, c'est manger sain! » Outre des hydrates de carbone (amidon), le pain contient 7 à 9 % de protéines, et seulement 1 % de matière grasse. Et, s'il est agrémenté de graines (lin, tournesol), de noix ou de noisettes, il contiendra de précieux acides gras.

Riche en fibres, le pain complet est plus rassasiant que le pain blanc; en « calant » l'estomac, il limite la tentation du grignotage. Il contient aussi plus de sels minéraux et de vitamines du groupe B. Mais pas besoin de renoncer totalement à la tresse du dimanche, nuance Aline Hentzi, diététicienne et coordinatrice

Fourchette verte Jura bernois. « Nous encourageons la découverte, le plaisir de manger et la variété. » Il y a de quoi faire: de la cuchaule fribourgeoise à la couronne de seigle des Grisons, la Suisse compte plus de 200 variétés de pains.

— Pour initier les enfants au plaisir de la mie et de la croûte, rien de tel que de les inviter à mettre « la main à la pâte »!

Et le gluten? Ce composant naturel du blé, qui donne son élasticité à la pâte, est souvent accusé de tous les maux. Fourchette verte ne préconise pas d'y renoncer systématiquement – hormis en cas d'allergie ou d'intolérance. « Le simple fait de diversifier son alimentation, en optant par exemple aussi pour du pain de seigle, d'épeautre ou à la farine de châtaigne, permet de consommer des pains à la teneur en gluten variable », souligne Laurence Margot. « Et chacun aura un goût, une densité et un croquant spécifiques! »

Produit hautement symbolique, le pain reflète les habitudes culturelles de chaque région. En Suisse alémanique, où on l'aime bis ou noir, il reste l'ingrédient de base du fameux « café complet », ce repas du soir composé de tartines au fromage et à la charcuterie. Tandis qu'en Romandie, où l'on consomme plus de miches blanches, on place volontiers une corbeille de pain sur la table, en accompagnement – une habitude reprise dans les menus Fourchette verte.

Pour initier les enfants au plaisir de la mie et de la croûte, rien de tel que de les inviter à mettre « la main à la pâte »! « Cuire le pain est une activité ludique qui marche très bien », indique Aline Hentzi. « Cela permet de comprendre comment on passe du grain de blé jusqu'au produit fini. » Et d'apprendre par l'expérience que les tartines ne poussent pas dans les magasins!

Au moment de déguster son petit pain tout chaud, on peut avoir une pensée pour les Egyptiens: voilà huit mille ans qu'ils ont mis au point sa recette. Délicieuse invention!

PLAT PRINCIPAL

2 PERS.



25 MIN.



40 MIN.



Gratin « vieux pain et légumes »

1 plat à gratin de 20x20cm

150-200 g de pain de la veille ou plus vieux (p.ex. pain de seigle, pain bis, etc.)

2 dl de bouillon chaud

1 dl de vin blanc

200 g de côtes de blettes, coupées en lamelles

200 g de tomates coupées en gros dés

100 g de carottes violettes coupées en fins bâtonnets

1-2 dl de lait

2 œufs

1/2 botte de persil haché

1 gousse d'ail pressée

60 g d'Étivaz AOP* râpé

sel, poivre, muscade

1 c.s. d'huile de colza HOLL

Couper le pain en morceaux ou fines tranches et le laisser tremper 15 minutes dans le mélange de bouillon et de vin.

Faire revenir les côtes de blettes et les carottes dans une poêle antiadhésive avec un peu d'huile de colza HOLL pendant 5 minutes.

Assaisonner avec poivre, muscade et très peu de sel. Enlever de la plaque.

Mélanger le lait avec les œufs, le persil haché et l'ail pressé. Assaisonner.

Faire égoutter le pain et le dresser dans un plat à gratin, étaler tous les légumes au-dessus, ajouter la liaison et parsemer d'Étivaz AOP râpé.

Cuire 20 à 30 minutes dans la partie inférieure du four préchauffé à 200°C.

*Une recette
Fourchette
Verte*

*ou un autre fromage à pâte dure, si possible AOP



Cliniques Bois-Cerf et Cecil

Gastronomie et santé avec Carlo Crisci.

Le chef du restaurant Le Cerf, à Cossonay, collabore depuis 13 ans avec Hirslanden Lausanne. Ou comment ajouter quelques étoiles dans les assiettes des patients des cliniques Bois-Cerf et Cecil...

Attablés face à face dans le grand salon de la Clinique Cecil, Carlo Crisci, Olivier Besnier, le chef des cuisines des cliniques Bois-Cerf et Cecil, et Damien Foliard (chef de la cuisine de Bois-Cerf), font le point sur les menus des deux semaines à venir. Le chef étoilé du restaurant Le Cerf, à Cossonay, est en effet consultant auprès des cuisines de l'établissement depuis 2006. « J'avais collaboré brièvement avec l'ancien chef des cuisines, Pascal Pichand, il y a une dizaine d'années, dans le cadre de la Semaine du goût, raconte-t-il. Lorsque j'ai décidé de faire du consulting, je lui ai proposé mes services. Sa réaction a été très enthousiaste et l'aventure a commencé comme ça. »

Un regard extérieur

13 ans plus tard, la collaboration est bien rodée. Et les rencontres entre Carlo Crisci et les deux chefs de cuisine ont lieu tous les mardis. « Je leur donne des conseils sur les menus, je fais des suggestions », résume le consultant.

Une liste de 56 menus est ainsi passée en revue, c'est-à-dire deux par repas et

par jour pour deux semaines. « La principale difficulté consiste à éviter les répétitions », explique le chef exécutif. Car même si la durée moyenne de séjour des patients n'excède pas trois jours, il s'efforce en effet de renouveler 10 à 30% des propositions toutes les deux semaines, de sorte que même les patients longuement hospitalisés ne mangent pas deux fois la même chose. Le rôle de Carlo Crisci? « Apporter un regard extérieur, un œil neuf ».

Pas forcément critique d'ailleurs », résume celui-ci. Il faut dire que l'élaboration des menus dans une clinique est soumise à plusieurs contraintes, notamment diététiques. « Les propositions sont transmises à la diététicienne et nous devons systématiquement imaginer un menu plus léger pour chaque repas », ajoute Olivier Besnier.

Cajoler les papilles des patients

Dans ce contexte hospitalier, il s'agit en outre de garder en tête que les repas sont servis à des malades ou convalescents. « Ce sont, pour beaucoup d'entre eux, les seuls plaisirs de la journée, sou-

ligne Carlo Crisci. Il faut donc se concentrer sur des plats classiques et bien faits, afin de les rassurer, de les cajoler. Il n'est pas question de les surprendre ni de les bousculer comme je le fais dans mon restaurant. » Idem pour le choix des fournisseurs. « Je ne propose pas forcément à Olivier ceux avec qui je collabore habituellement, poursuit-il. Prenez le pain par exemple, on privilégie une mie particulière, moins dense. »

Autre contrainte de taille au quotidien, le transport des assiettes jusqu'aux chambres. « Au Cerf, l'assiette est placée devant les hôtes 35 secondes après avoir quitté la cuisine. Ici, il faut 15 minutes », relève Carlo Crisci. Autant de défis à relever et de détails à prendre en considération pour garantir la qualité des plats servis aux patients. De quoi assouvir encore la réputation des prestations hôtelières des cliniques Bois-Cerf et Cecil.



Photo en haut à droite : Carlo Crisci , Damien Foliard, chef de cuisine de la clinique Bois-Cerf et Olivier Besnier, chef de cuisine cliniques Bois-Cerf et Cecil.

Les cuisines de Hirslanden Lausanne en chiffres

2

cuisines ouvertes
365 jours par an
de 6 h à 19 h

1

chef responsable des
cuisines des cliniques
Bois-Cerf et Cecil
(Olivier Besnier)

1

chef de cuisine
à la Clinique Bois-Cerf
(Damien Foliard)

33

employés
répartis sur
les deux sites

500-550

repas servis
chaque jour aux patients
et aux collaborateurs

56

menus planifiés
toutes les deux semaines

2

menus au choix proposés
à chaque service

Stévia: l'amertume des Guaranis

Alors que les géants de l'agroalimentaire tirent profit des produits «édulcorés à la stévia», les Guaranis ne retirent aucun bénéfice de l'utilisation de leur savoir ancestral. L'ONG Public Eye s'engage pour mettre fin à cette injustice.

L'histoire de la découverte des vertus de l'«herbe sucrée», appelée «Ka'a he'» par les Guaranis, se perd dans la nuit des temps. Aujourd'hui encore, les Guaranis du Brésil et du Paraguay utilisent les feuilles de stévia pour sucrer leur maté et se soi-

— Les produits présentés comme «édulcorés à la stévia» sont, en fait, sucrés avec des «glycosides de stéviol».

gnier. Plus édulcorante que le sucre, pauvre en calories et inoffensive pour les dents, cette plante aurait même des effets bénéfiques pour le cœur et la pression artérielle.

Face au manque d'activités physiques et au phénomène de la «malbouffe», nos sociétés industrielles sont confrontées à d'importants problèmes de santé pu-

blique comme le surpoids ou le diabète. Pas étonnant, dans ce contexte, que l'industrie agroalimentaire se soit mise à commercialiser cet «édulcorant naturel» à grand renfort de publicité. De la version «verte» du Coca-Cola, à l'Assugrin, en passant par les confitures, les bonbons ou les boissons gazeuses, des dizaines de nouveaux produits, vendus pour leur douceur «naturelle», ont inondé le marché. Mais comme pour toutes les histoires trop belles pour être vraies, la réalité n'est pas aussi «verte».

Amer et tout sauf naturel

Tout d'abord, les produits présentés comme «édulcorés à la stévia» sont, en fait, sucrés avec des «glycosides de stéviol», des molécules extraites par un procédé chimique complexe à partir des feuilles de stévia, puis ajoutées au produit final sous forme de poudre. L'édulcorant employé par l'industrie agroalimentaire n'est donc pas aussi «naturel» qu'on veut nous le faire croire – l'Office fédéral de la santé publique interdit d'ailleurs que les glycosides de stéviol soient présentés

comme tels. Autre problème: les glycosides de stéviol dégagent une amertume qui rend leur utilisation en grande quantité problématique. Le Coca-Cola «Life», par exemple, contient près de deux tiers de sucre, soit l'équivalent de onze morceaux pour un demi-litre!

Depuis quelques années, l'industrie agroalimentaire s'efforce de remédier à ce désagrément en passant par la biologie de synthèse. L'entreprise suisse Evolva, par exemple, est sur le point de produire des glycosides de stéviol sans arrière-goût amer en utilisant des levures génétiquement modifiées; plus besoin ainsi d'utiliser de feuilles de stévia. Reste à voir si les multinationales de l'agroalimentaire se permettront de vendre comme «naturels» des produits édulcorés à base de glycosides de synthèse.

Un cas de «biopiraterie»

L'histoire de la plante sucrée laisse par ailleurs un autre goût amer. En effet, les Guaranis, qui ont découvert les vertus édulcorantes de la stévia, ne retirent au-



Luis Arce, leader d'une communauté guaranie au nord-est du Paraguay, est déterminé à s'engager pour défendre les droits de son peuple.



cun bénéfice de la commercialisation de « leur plante ». Or, la Convention des Nations Unies sur la diversité biologique prévoit clairement que les populations autochtones doivent donner leur consentement à l'utilisation commerciale de ressources qu'elles ont découvertes et bénéficier d'un partage équitable des avantages découlant de leur utilisation. Concrètement, cela signifie que pour toute utilisation commerciale de la stévia ou des glycosides de stéviol, les Guaranis – ainsi que les Etats du Brésil et du Paraguay – devraient recevoir une part des bénéfices engendrés. Dans le cas contraire, on parle de « biopiraterie » : une appropriation illégitime des ressources naturelles et du savoir traditionnel. Pour les Guaranis, l'application de ces dispositions n'est encore qu'au stade de la revendication.

Pire encore, les Guaranis sont souvent victimes de discrimination et de persécution, quand ils ne sont pas expulsés de leurs terres en raison de l'agrandissement constant des plantations de canne à sucre.

Justement pour répondre aux besoins en sucre de ces mêmes entreprises qui tirent profit de l'utilisation de la stévia.

Des signes encourageants

Mais l'histoire n'est pas terminée et les signes sont plutôt encourageants depuis que l'ONG suisse Public Eye (jusqu'ici « Déclaration de Berne ») et ses partenaires ont publié leur rapport « Stévia, une douceur au goût amer ». Des marques suisses comme Henniez et Goba ont, par exemple, décidé de ne plus mettre en avant le caractère « naturel » de leurs boissons édulcorées aux glycosides de stéviol. Au Paraguay, les représentants des communautés guaranies se sont récemment réunis pour s'organiser afin de faire valoir – avec le soutien de Public Eye et de ses partenaires – leur droit au partage des bénéfices. Ils ne tolèrent plus que des multinationales comme Coca-Cola ou Cargill puissent engranger des profits considérables grâce à leur savoir traditionnel sans même les avoir consultés.

Affaire à suivre sur :
ladb.ch/stevia ou publiceye.ch



🌐 Déclaration de Berne

Animée par la volonté d'agir pour défendre les intérêts des populations défavorisées, Public Eye s'engage ici, en Suisse, pour un monde plus juste. Par ses enquêtes et ses campagnes, Public Eye plaide pour le respect des droits humains par les entreprises.

La saucisse à rôtir

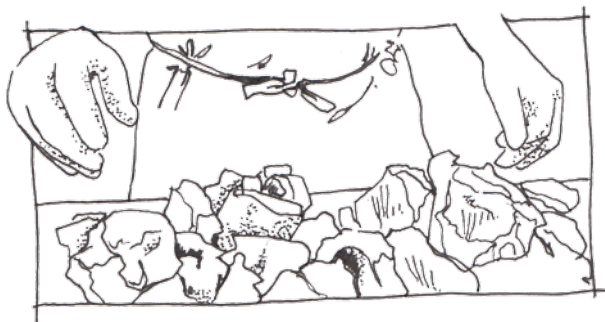
Une délicieuse tradition

Grand amateur d'accordéon, André Vidonne est aussi un virtuose de la boucherie-charcuterie. L'homme a commencé à exercer son art en 1963 à la Boucherie du Palais, proche de l'ancien Palais des expositions de Genève. Depuis 2015, ce maître de la boucherie-charcuterie a fait le choix de rejoindre le groupe familial Suter Viandes où il continue à pratiquer son métier avec passion et

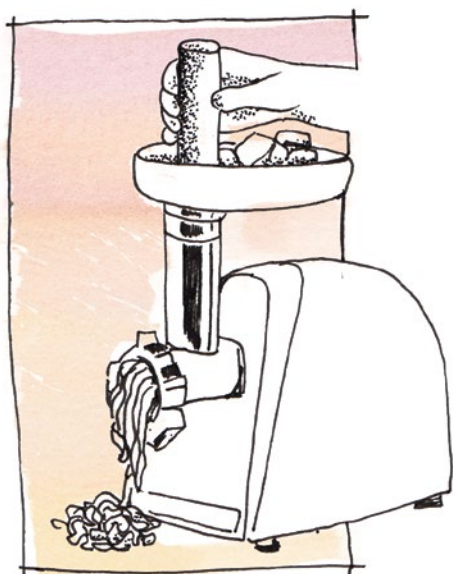
à développer des produits d'exception primés dans les concours à l'instar de son exquis pâté Richelieu en croûte.

La saucisse à rôtir fait partie des délices incontournables de ce boucher au grand cœur qui partage volontiers sa recette pour faire de sa dégustation un moment de bonheur. Pour une cuisson parfaite, André nous donne son astuce : blanchir la saucisse dans de l'eau frémissante durant 5 minutes afin de stabiliser le gras, et la griller ensuite à la poêle. Ajouter la quantité désirée d'oignons émincés. Faire revenir quelques instants et déglacer au vin blanc. Cuire à petit feu 15 minutes en retournant régulièrement la saucisse. Déguster avec une purée de pommes de terre maison.

1. Réunir la quantité souhaitée de viande (épaule et gorgeron de porc). Le gorgeron est le lard des bajoues. Compter 70% de viande maigre pour 30% de viande grasse.

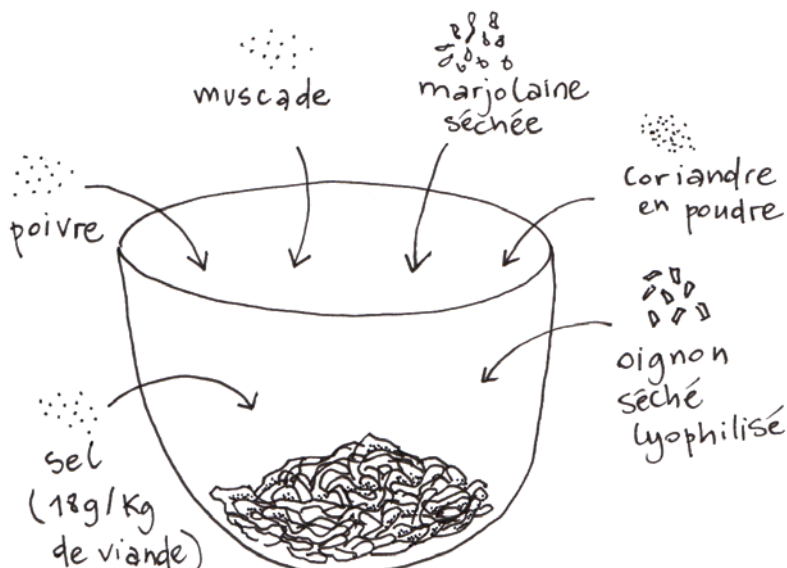


2. Hacher la viande au hachoir avec une grille de 5 mm.



3. Ajouter les épices et le sel. Quantité selon les goûts.

4. Bien mélanger la viande hachée et les épices. Pétrir 10 minutes dans le bol du robot.



La saucisse, une longue histoire

Nos charcutiers de talent perpétuent une très longue tradition. Dans son Odyssée, Homère évoquait déjà la saucisse, la fameuse pièce de viande qui se nommera plus tard en latin *salscius*, et qui désigne de la viande hachée salée. Mais bien avant que les Romains ne s'y intéressent, les Sumériens préparaient un plat composé de viande cuite farcie dans un estomac de chèvre à Babylone. La *lachang*, saucisse chinoise, composée de viande de chèvre et d'agneau, fut la première saucisse mentionnée en 589 av. J.-C. De nombreux livres

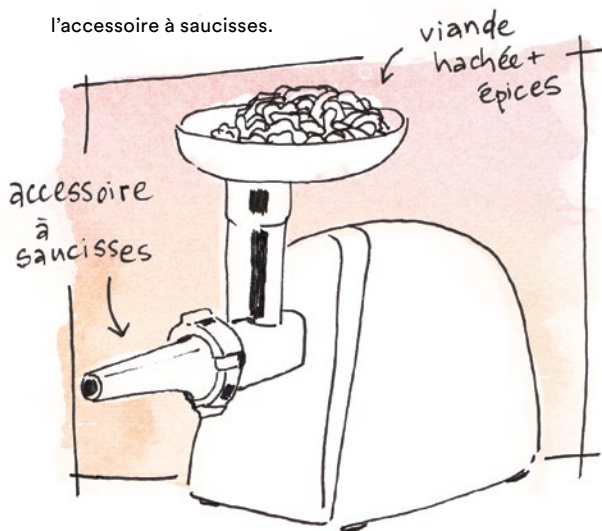
indiquent que les saucisses étaient déjà populaires parmi les Grecs anciens et les Romains. Les historiens de la charcuterie expliquent la popularité de ce mets par le fait qu'il est facile à portionner et à transporter. C'est seulement au cours du dernier millénaire que la fabrication de saucisses est devenue un véritable métier, un art influencé par la disponibilité des ingrédients sur le marché et par la personnalité des maîtres charcutiers.

Sources: fr.wikipedia.org/wiki/Saucisse; l'Encyclopédie de la Charcuterie, Alain Juillard & Jean-Claude Frenztz, Editions Maé-Erti, 2004.

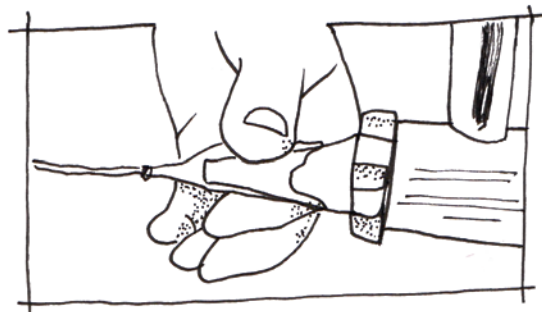
| Les stars de la saucisse en Suisse | 2013 | 2014 | 2015 |
|------------------------------------|---------------|---------------|---------------|
| Saucisse à rôtir | 10'827 tonnes | 11'097 tonnes | 11'669 tonnes |
| Cervelas | 10'287 tonnes | 10'359 tonnes | 10'604 tonnes |
| Saucisse de Vienne | 6'632 tonnes | 6'364 tonnes | 6'869 tonnes |

Source: Proviande

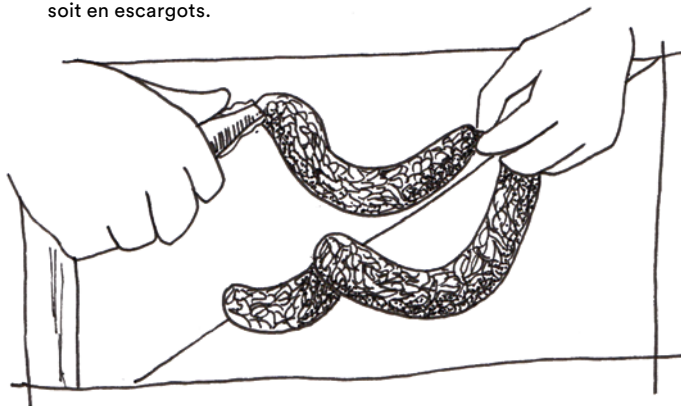
5. Mettre la viande dans le robot avec l'accessoire à saucisses.



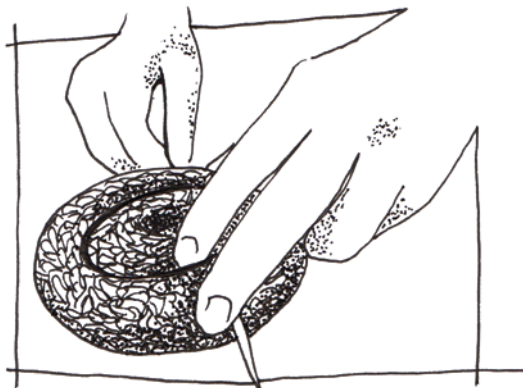
6. Insérer le boyau (intestin grêle) sur l'accessoire à saucisses. Compter 1kg de masse pour 1m de saucisse. La portion idéale par personne est de 160g. 1 boyau entier permet de réaliser 7-8 mètres de saucisses.



7. Réaliser les saucisses, soit en portions, soit en escargots.



8. Effectuer des nœuds pour les portions ou insérer des piques pour les escargots.



ESPACE GRUYÈRE

Goûts et Terroirs

LE SALON SUISSE DES SAVEURS AUTHENTIQUES

28 OCTOBRE
1^{er} NOVEMBRE 2016

BULLE



AVEYRON
VIVRE VRAI

NEUCHÂTEL
VINS • TERROIR

SWISSBAKERY
TROPHY

GOUTS & TERROIRS

GOUTS-ET-TERROIRS.CH

Plaisirs


gastronomie & voyages

Depuis 1958

Abonnez-vous!

Abonnez-vous ou offrez un abonnement de 1 an au prix de Fr. 80.- et recevez chez vous 6 numéros de Plaisirs Gastronomie & Voyages + le guide La suisse gourmande / Guide Bleu (disponible également en librairie au prix de Fr. 49.-)

Plaisirs Gastronomie Magazine
Longschamps 2 – CH-2068 Hauterive
Tél. 032 841 72 53 – Mobile 079 755 95 54



Belles recettes pour poissons d'eau douce

Comme un phare en pleine mer

Benoit Violier

CHF 8.50

10^e édition: Août à Mai 2016

«Le salon du bon goût»

SLOW FOOD MARKET

18 – 20 novembre 2016
MESSE ZÜRICH | Halle 3+4
www.slowfoodmarket.ch
Ve 12h - 21h, Sa | Di 10h - 19h

Promoteur et partenaire :  Slow Food CH

Presenting sponsor :  coop


Partenaire médias : **SonntagsZeitung**

Partner :  OIKO CREDIT

Exposition spéciale :  DELINAT

borowski.ch

Pas de bonne bouffe sans paysans!



uniterre

www.uniterre.ch

STOP OGM

www.stopogm.ch

Alliance suisse pour une agriculture sans génie génétique

Nous réalisons un travail critique et indépendant sur le développement et les impacts du génie génétique sur l'agriculture, l'élevage, l'environnement et la santé.

Nous nous engageons pour une Suisse sans OGM et pour la souveraineté alimentaire.

Le travail de notre association est entièrement financé par vos cotisations et vos dons.

Engagez-vous et rendez possible nos actions! Merci pour votre soutien.

SIMPLE PLUS

global food & beverage communication agency

Avec **SIMPLE PLUS**, agence globale de communication dans les domaines de la gastronomie et du vin, allez droit au but, en toute simplicité!

Vos affaires ralentissent ?
BOOSTEZ-LES!

Nos prestations: newsletters, flyers, brochures, sites internet, photographie, vidéo, graphisme, marketing, réseaux sociaux.

www.simpleplus.net

PLAT PRINCIPAL

4 PERS.



20 MIN.



2 H



Chili con saucisse

2 saucisses à rôtir cuites
200 g de haricots rouges secs
2 poivrons rouges
2 oignons
2 gousses d'ail
1 boîte de maïs
500 g de tomates concassées
2 c.s. de ras el hanout (épices à couscous)
1 c.t. de piment de Cayenne
1 dl de vin rouge
sel, poivre
persil plat
2 c.s. d'huile de tournesol

La veille, faire tremper les haricots secs dans un grand volume d'eau froide.

Le jour même, couper les saucisses en rondelles et réserver.

Rincer et égoutter les haricots rouges. Les faire cuire 1h30 minutes dans un grand volume d'eau non salée.

Pendant ce temps, émincer l'ail et l'oignon. Laver les poivrons, les épépiner et les découper en gros cubes.

Faire chauffer l'huile dans une poêle profonde et y faire revenir l'oignon et l'ail. Ajouter les épices et les poivrons. Laisser compoter à feu doux une bonne quinzaine de minutes. Déglacer au vin rouge. Ajouter les tomates concassées et poursuivre la cuisson 15 minutes. Intégrer les haricots rouges égouttés, le maïs et les rondelles de saucisse.

Ajouter le poivre de Cayenne et le sel.

Servir avec un peu de persil plat et du riz blanc.

*Une recette
de Manuella
Magnin*

photo : Corinne Sporrer

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.

La Semaine du Goût veut :

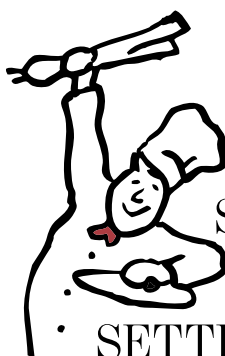
- Valoriser la diversité des goûts et des cultures alimentaires.
- Favoriser les échanges entre les métiers de bouche.
- Sensibiliser les jeunes générations au plaisir du goût.
- Rendre les consommateurs attentifs à la qualité et à la saisonnalité des produits.
- Mettre en valeur le savoir-faire artisanal.
- 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 savoir-faire, ou la convivialité autour de la table.
- Travailler avec des produits de qualité.
- S'impliquer pour donner un aspect pédagogique à son évènement.

Parrain / Marraine

2015 Paolo Basso
2014 Carlo Crisci
2013 Vréni Giger
2012 Gérard Rabaey
2011 Martin Dalsass
2010 † Philippe Rochat
2009 Marie-Thérèse Chappaz
2008 André Jaeger
2007 Georges Wenger
2006 Irma Dütsch
2005 Fredy Girardet



SEMAINE DU GOÛT
GENUSSWOCHE
• SETTIMANA DEL GUSTO

Comités qualité

| | | | | | |
|------------------------------|--|---------------------------|--|-----------------------------|--|
| Abplanalp Lucienne | Enseignante | Frôté Claude | Cuisinier chef | | |
| Alcala Tomas & Eleuterio | Affineurs de jambons | Fuchs Fabian | Cuisinier chef | | |
| Allenspach Andreas | Geschäftsführer Agriturismo Schweiz | Gabriel Suzanne | Terre Vaudoise | | |
| Amrein Olivier | Epicurien | Gallais Véronique | Marchande de thé | | |
| Ayer Pierre-André | Cuisinier chef | Galli Novella | Slow Food Genève | | |
| Bachmann Christophe | Apiculteur | Gay Madeleine | Oenologue | | |
| Baeriswil Bertrand | Président Slow Food Fribourg | Germanier Damien | Cuisinier chef | | |
| Bailly Martine | Agence d'information agricole AGIR | Gex Philippe | Gouverneur du Guillon | | |
| Barthassat Luc | Conseiller d'Etat | Geyer Jean-Luc | Cuisinier chef | | |
| Basso Paolo | Sommelier | Gianettoni Claudio | Présidente GLATI | | |
| Beausoleil Denis | Directeur de l'Opage | Giovannini Franck | Cuisinier chef | | |
| Benedetti Marc | Journalist/Redaktor BR | Gollner Edgar | Slow Food Graubünden | | |
| Bessire Jean-Marc | Cuisinier chef | Gottraux Martial | Slow Food Fribourg | | |
| Bezençon Nicolas | Secrétaire Uniterre | Graff Noémie | Vigneronne | | |
| Bienert Martin | Fromager-affineur | Grandi Paolo | Sociogastronome | | |
| Bissegger Meret | La cucina naturale | Guidou Serge | Pêcheur | | |
| Blanc Roland | Restaurateur | Guignard Philippe | Restaurateur | | |
| Blanc Daniel | Restaurateur | Hauser Muriel | Gastro Fribourg | | |
| Blaser Max | Maître boucher | Heyraud Marc | Retraité, gastronomie moléculaire | | |
| Blétry-de Montmolin Violaine | Directrice Neuchâtel Vins et Terroir | Higi Michael | Slow Food Ostschweiz | | |
| | | Hobmeier Elsbeth | Wein-Journalistin | | |
| Boillat Olivier | Concours Suisse des produits du terroir | Hofmann Anna | Co-présidente Slow Food Schweiz | | |
| | | Humbel Lorenz | Brennerei | | |
| Boisseaux Stéphane | Chercheur | Hüsser Bernhard | Restaurateur | | |
| Bolay Charles-Bernard | Président Uniterre Suisse | Imhof Paul | Journalisten | | |
| Böniger Herz Daniel | Journalist | Jaeger André | Cuisinier chef | | |
| Borel Jocelyne | Hôtelière | Jakes-Dufour Martine | Vice-Présidente Fondation Promotion du Goût | | |
| Bosia Luigi | Giornalista | Joss Nicolas | Office des Vins Vaudois | | |
| Boverat Jean-Louis | Ecole professionnelle de Montreux | Jost Honegger Esther | Koordinatorin FV | | |
| Bovier Edgard | Cuisinier chef | Juillier Edy | Restaurateur | | |
| Bratschi Isabelle | Journaliste | Kalandranis Giannis | Cuisinier chef | | |
| Briguet Conrad | Directeur Ecole d'Ingénieurs de Changins | Kaufmann Franz | Conseiller municipal | | |
| | | Kerloch Yann | Feel the Food | | |
| Brunier Alain | Directeur général EHG | Kilcher Lukas | Landwirtschaftliches Zentrum Ebenrain | | |
| Buchwalder Florian | Biohof | Klein Bernard | Chimiste cantonal | | |
| Buss Pierre-Emmanuel | Journaliste | Kotarski Nathalie | Experte en vins | | |
| Caminada Andreas | Cuisinier chef | Labrosse Serge | Restaurateur | | |
| Cassis Ignazio | Medico e Consigliere Nazionale | Lafarge Patricia | Restauratrice | | |
| Castella Romain | Directeur Terroir Fribourg | Lampart Reto | Restaurateur | | |
| Cerf Cédric | Chargé de mission Ville de Delémont | Lehmann Daniel | Restaurateur | | |
| | | Lehmann Tania | Fourchette Verte | | |
| Chappaz Marie-Thérèse | Vigneronne | Leuenberger Ueli | Enseignant | | |
| Chenaux-Auderset Serge | Cuisinier chef | Lischetti Isabella | Présidente IVVT | | |
| Chevrier Philippe | Cuisinier chef | Lonati Chantal et Bernard | Restaurateurs | | |
| Comte Claude Victor | Oenophile | Longet René | Expert en développement durable | | |
| Conconi Andrea | Direttore Ticinowine | Luminati Cassiano | Présidente Regione Valposchiavo | | |
| Cornut Didier | Oenologue | Magnin Manuela | Journaliste | | |
| Cosandey Anne-Sophie | Restauratrice | Marbach-Jund Theresia | Luzerner Bäuerinnen- und Bauernverband | | |
| Couplan François | Ethnobotaniste | | Dietéticienne responsable de projet | | |
| Cramer Robert | Conseiller aux Etats - Président de la Fondation pour la Promotion du Goût | Margot Laurence | Spécialiste des plantes sauvages | | |
| | | Marmy Françoise | Gastronomie à domicile | | |
| Crettenand Nicolas | Mouvement et alimentation | Martin Benoit | Journaliste | | |
| Crettenand Gilles | Vigneron encaveur | Massy France | Vigneron | | |
| Crettol Camille | Cuisinier chef | Mathier Diego | Cuisinier chef | | |
| Crisci Carlo | Vigneron | Mathieu Bruno | Gastronome | | |
| Cruchon Raoul | Cuisinier chef | Mégroz Michèle | Gastro Suisse | | |
| Dalsass Martin | Cuisinier chef | Meier-Schmid Brigitte | Association Marché Paysan | | |
| De Courten Didier | Co-Chefredaktor | Meldem Martine | Thurgau Tourismus | | |
| De Schepper Werner | Cuisinier chef | Meo Nathalie | Ristoratore | | |
| Décotterd Stéphane | Geschäftsführung | Merlo Luca | Président Gastrovaud | | |
| Degen Nadine | Cuisinier chef | Meystre Gilles | Traductrice | | |
| Destaing Samuel | Parrains Semaine du Goût 2016 | Miller Christina | Gastronomie | | |
| Dettwiler Markus & Theres | Ing. Agr. ETH | Monnerat Philippe | Secrétaire général | | |
| Doerig Eschler Gabi | Epicurien | Montangelo Stéphane | Fourchette Verte | | |
| Droz Louis | Président des oenologues suisses | | Présidente IVVT | | |
| Dufaux Daniel | Vigneron-encaveur | Moresi Gianni | Cuisinier | | |
| Dumoulin Frédéric | Cuisinière cheffe | Morgenthaler Laurent | Journaliste | | |
| Dütsch Irma | Fromager-affineur | Morier-Genoud Patrick | Commerçant | | |
| Duttweiler Jacques | Chef BL Tourismus | Mottini Donato | Responsable du projet | | |
| Eggimann Tobias | Notaire | Moulin Roh Catherine | entreprise en santé | | |
| Emery Jean-Marc | Slow Food Basel | | Organisatrice | | |
| Ewald Jürg | Fourchette verte | Müller Irene | Präsident Gastro St.Gallen | | |
| Fabbi Sidonie | Conseiller d'Etat | Müller-Tschirky Josef | Responsable des domaines de la Ville de Lausanne | | |
| Favre Laurent | Journaliste | Munoz Tania | Journalisten | | |
| Fazan Daniel | Chambre Valaisanne d'Agriculture | | Giornalista | | |
| Felley Pierre-Yves | Executive Chef SSTH | Naef Ruedi | Geschäftsführerin Restaurant | | |
| Fetz Gion Martin | Secrétaire général FRC | Newlin Giacomo | Schütz | | |
| Fleury Mathieu | Consultant agro-alimentaire | Nyffeler Regula | Marketing & Kommunikation | | |
| Fleury Louis | Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften | | SSAT Bellinzona | | |
| Flückiger Stefan | Musicien | Oeggerli Monika | Responsable de formation | | |
| | | Orrù Tiziano | Spécialiste éducation au goût | | |
| Forel Olivier | Projektleiterin | Orsat Evelyne et Auguste | Stadtpräsident Liestal | | |
| Frehner Rita | Chef à domicile | | Vigneron | | |
| Freymond Diane | directeur Slow Food Suisse | Ott Lukas | Chocolatier | | |
| Fricke Alexandre | Winzer | Paccot Raymond | | | |
| Fromm Georg | | Paganel David | | | |
| | | | | Pasotti Marco | Ispettore di tirocinio |
| | | | | Pasquet Virginie | L'instant Chocolat |
| | | | | Pedrioli Elena | Capo Ufficio refezione e trasporti scolastici |
| | | | | Pesce Alessandro | Giornalista |
| | | | | Pfaff Rolf-Peter | Geschäftsleiter |
| | | | | Pfarrer Raphael | Slow Food Bern |
| | | | | Pfister Thomas | Kulturvermittler |
| | | | | Pfister Richard | Oenoparfumeur |
| | | | | Philipona Jean-Nicolas | Produits du Terroir du Pays de Fribourg |
| | | | | Piazzoli Brigitte | Responsabile del servizio alberghiero |
| | | | | Piffaretti Giuseppe | Consulente SMPPC |
| | | | | Pignat Bernard | Boulangier |
| | | | | Pittet Jean-Luc | Gastro Jura/Jura-bernois |
| | | | | Porchet Jean-Louis | Producteur de film |
| | | | | Rabaey Gérard | Cuisinier chef |
| | | | | Raboud Isabelle | Ethnologue |
| | | | | Raboud Marie-Josèphe | Restaurateur |
| | | | | Ravet Bernard | Cuisinier chef |
| | | | | Reynaud-Bestenheider Franck | Cuisinier chef |
| | | | | Riedi Rainer | Slow Food Graubünden |
| | | | | Rochat Michel | Directeur EHL, membre du Conseil de Fondation pour le Goût |
| | | | | | Cuisinier chef |
| | | | | Rod Christophe | Spécialiste épices |
| | | | | Rosset Patrick | Epicurienne |
| | | | | Roversi Alessandra | Région Lac de Morat |
| | | | | Rueggesser Elisabeth | Directeur Swiss School of Tourism SSTH |
| | | | | Rupprecht Knut G. | Fromager |
| | | | | Ryser Dominique | Alpinavera |
| | | | | Said Bucher Jasmine | Présidente AOP/IGP, membre du Conseil de la Fondation pour le Goût |
| | | | | Savary Géraldine | Redaktorin |
| | | | | | Journalistin, Ringier AG |
| | | | | Schaub Silvia | Fleischtrockneri |
| | | | | Schindler Ingrid | Köchin |
| | | | | Schlager Alois | Historien de la gastronomie |
| | | | | Schlumpf Annagret | Giornalista |
| | | | | Schlup Michel | Geschäftsleiter |
| | | | | Schmid Heinz | Enseignant, Slow Food Vaud |
| | | | | Schmitz Martin | Paysanne |
| | | | | Schneider Yan | Chef à domicile |
| | | | | Schnyder Eliane | Directeur de GWS aux Services du Vin SA |
| | | | | Schorderet Mary-Laure | Journaliste |
| | | | | Schorderet Nicolas | Weinproduzent |
| | | | | | Consulente alimentare |
| | | | | Schröter Melina | Bäckerin |
| | | | | Schwarzenbach Hermann | Journaliste |
| | | | | Semmler Karin | Cuisinier chef |
| | | | | Signer Antonia | Cuisinier chef |
| | | | | Simon Jean-Charles | Union fribourgeoise du tourisme |
| | | | | Soldati Jean-Marc | Présidente GastroTicino |
| | | | | Stangl Michel | Cuisinier chef |
| | | | | Steiner Thomas | Présidente Nazionale Sommeliers |
| | | | | Suter Massimo | Direttore operativo Agriloro |
| | | | | Suter Pierrick | Journaliste |
| | | | | Tanca Piero | Commune de Grellingen |
| | | | | Tettamanti Francesco | Diététicienne et enseignante |
| | | | | Thomas Pierre | Journaliste |
| | | | | Thüring Georges | Journaliste |
| | | | | Tièche Maryline | Filmproduzent, Sommelier und Sensoriker |
| | | | | Truffer Alexandre | Gastgeber |
| | | | | Valpiani Marco | Spécialiste ADN de la vigne |
| | | | | | Epicurien |
| | | | | Von Felten Albi | Enseignante et restauratrice |
| | | | | Vuillamoz José | Slow Food |
| | | | | Vuillaume Blaise | Directeur Uvavins |
| | | | | Wagner Véréna | Vigneron |
| | | | | Waldmeier Jörg | GastroFacts |
| | | | | Walz Thierry | Slow Food |
| | | | | Wannaz Gilles | Tourismus |
| | | | | Wilhelm Peter | Cuisiniste et Loitche-Potches |
| | | | | Wunderlin Dominik | Journaliste |
| | | | | Wyss Katia | |
| | | | | Zahno Bertrand | |
| | | | | Zbinden Véronique | |

«Le salon du bon goût»

SLOW FOOD MARKET

10. – 12. mars 2017
Bernexpo, Halle 4

www.slowfoodmarketbern.ch

Ve 12h - 21h, Sa | Di 10h - 19h



Promoteur et partenaire :



Slow Food® CH

borowski.ch

Terre & Nature
Abonnez-vous!

Envie de nature?
Chaque jeudi, **Terre&Nature**
excite vos papilles

RETROUVEZ NOS
OFFRES D'ABONNEMENT
SPÉCIALES SUR
terrenature.ch

JARDIN • MAISON • NATURE • SAVEURS • ANIMAUX • BALADES • PROS DE LA TERRE

Pour garantir la liberté
d'expression,
vous êtes libres de soutenir
une presse libre.

Abonnez-vous
www.vigousse.ch



Spécialités du commerce équitable
Cafés, thés, chocolats, céréales, légumineuses, miels, snacks,...



Bienvenue
39 boutiques
dans toute
la Suisse romande!
www.mdm.ch



magasins du monde
solidaires au quotidien

le
monde
des
épices
www.poivre.ch
le site des épices du monde

unibat



SUISSE GARANTIE Suisse. Naturellement.

«Déllicieux pruneaux suisses»



«Naturellement frais et sains»

www.swissfruit.ch




Le label de l'alimentation équilibrée soutenu par Promotion Santé Suisse et les cantons



www.fourchetteverte.ch



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

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



 **alimentarium**

Manger – L'essence de vie
Food – The essence of life
Essen – Die Essenz des Lebens

Alimentarium
Quai Perdonnet 25
CH-1800 Vevey
www.alimentarium.org

Une Fondation Nestlé 

Laboratoire JARDIN COSMIQUE
L'espace fabuleux de l'artiste holocinétique K-soul



Concerts, séminaires, conférences, événements, soirées gastronomiques, soirées privées

Contactez-nous : 024 463 37 57
Plus d'info sur : www.jardincosmique.com

Château de Prangins. MUSÉE NATIONAL SUISSE.

DÉJEUNER SUR L'HERBE

DIMANCHE
25 SEPTEMBRE 2016
10.00 – 17.00
ENTRÉE LIBRE

Musée national suisse | Château de Prangins
Av. Général-Guiguer 3 | 1197 Prangins | T. +41 (0)58 469 38 90
www.chateaudeprangins.ch

NOS PARTENAIRES



Le livre sur/ les quais.



IMPRESSUM

Journalistes

Sophie Dorsaz, Flavia Giovannelli
Paul Imhof, Timo Kollbrunner, Nadia Laden
Elodie Maître-Arnaud, Manuella Magnin
Ulrike Minkner, Annick Monod,
Knut Schwander, Véronique Zbinden.

Graphisme

Formaz — Andenmatten,
Marika Zisyadis.

Traductions

Monica Fiorini, Christina Miller,
Knut Schwander, Régine Buxtorf.

Editeur

Fondation 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
Responsable d'édition
Josef Zisyadis
Rédactrice en chef
Manuella Magnin

Secrétariat

Giulia Onori, Barbara Schneider

Editeur

Fédération romande des
consommateurs
CP 6151, Rue de Genève 17
1002 Lausanne
Tél. 021 331 00 90
frc.ch / info@frc.ch
Responsable d'édition
Laurence Julliard

Tirage

120'000 ex.
Impression
PCL Presses Centrales SA
Avenue de Longemalle 9
1020 Renens



▶ ACTION SOCIALE

CULTURE ◀

100%

DES BÉNÉFICES DISTRIBUÉS À L'UTILITÉ PUBLIQUE



SOUTIEN NUMÉRO 1 DE L'UTILITÉ PUBLIQUE EN SUISSE ROMANDE.

#AVECLORO

▶ PATRIMOINE

SPORT ◀

* des terroirs

* des hommes
et leur savoir-faire



* des signes d'excellence



Sausisse aux choux vaudoise IGP



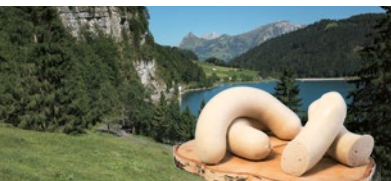
Bloder-Sauerkäse AOP



St. Galler Bratwurst IGP



Berner Alpkäse AOP et Berner Hobelkäse AOP



Glarner Kalberwurst IGP



Le Gruyère AOP



Poire à Botzi AOP



Viande séchée du Valais IGP



Damassine AOP



Longeole IGP



Sbrinz AOP



Cardon épineux genevois AOP



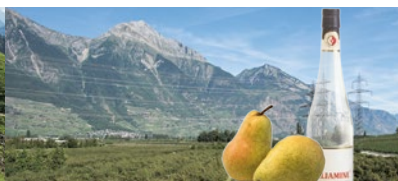
Sausisse d'Ajoie IGP



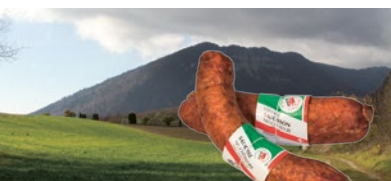
Lard sec du Valais IGP



Vacherin Fribourgeois AOP



Eau-de-vie de poire du Valais AOP



Saucisson neuchâtelois IGP



Vacherin Mont-d'Or AOP



Abricotine AOP



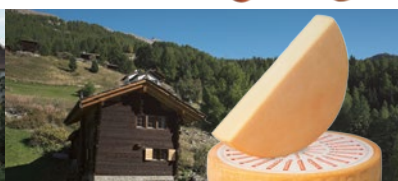
L'Etivaz AOP



Rheintaler Ribelmals AOP



Tête de Moine AOP



Raclette du Valais AOP



Saucisson vaudois IGP



Jambon cru du Valais IGP



Zuger Kirsch AOP et Rigi Kirsch AOP



Glarner Alpkäse AOP



Pain de seigle valaisan AOP

Suisse. Naturellement.



Pour que des produits AOP et IGP puissent voir le jour, il faut des terroirs et des traditions, des hommes et leur savoir-faire. Seuls quelques produits suisses sont élaborés ainsi et portent les signes d'excellence AOP et IGP. www.aop-igp.ch