



HORS-SÉRIE TERROIR

UN SUPPLÉMENT DE **TERRE & NATURE**, L'HEBDO ROMAND DE LA VIE AU VERT

SUR LA PISTE DES CÉPAGES RARES



RENCONTRE

Au marché avec Pierrot Ayer, parrain
de la Semaine suisse du Goût

REPORTAGE

Escapade dans la biosphère de l'Entlebuch,
petit paradis agricole

DOSSIER

Incontournable mais modeste,
le pain redore son blason

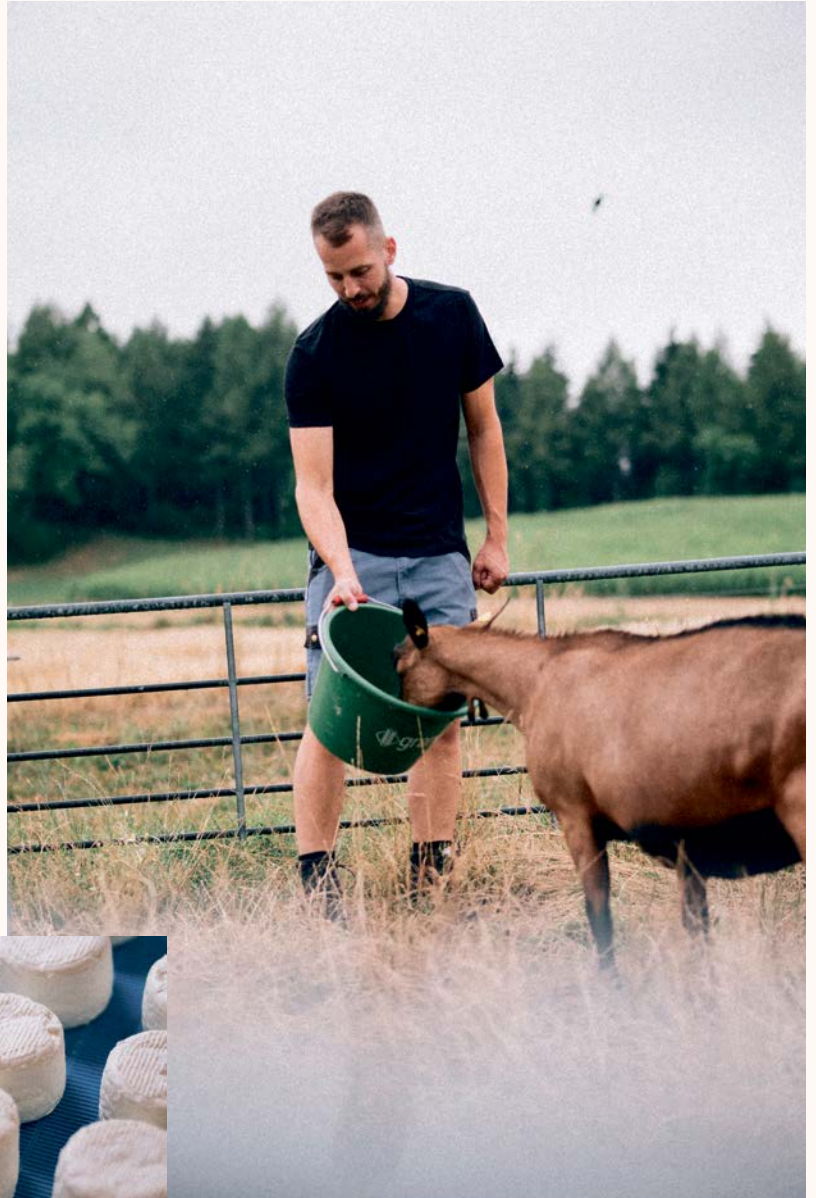
Terre & Nature 125 ans



CONSOMMER LOCAL ÇA COMMENCE ICI

IVAN SCHLUNEGGER

Producteur de fromages de chèvre
à Forel – Lavaux



*ADOPTER CE LABEL
ET SAVOURER LOCAL*



vaud.ch/terroir



regio•garantie

IMPRESSUM

Hors-série encarté
dans «Terre&Nature»
du jeudi 14 septembre 2023.

ÉDITEUR

Terre&Nature Publications SA
chemin des Tuilières 3
1028 Préverenges.

DIRECTION

Cindy Guignard,
Alexander Zelenka.

**ONT PARTICIPÉ
À CE NUMÉRO:**

Lila Erard, David Genillard,
Clément Grandjean,
Oriane Grandjean,
Mireille Jaccard, Céline Prior,
Alexander Zelenka (textes),
Florian Säggerer (édition).

MARKETING

Cindy Guignard (directrice),
Shengil Ameti, Christelle
Martinal, Lena Zimmermann,
(coordination).

PRODUCTION**GRAPHIQUE**

Lionel Dominé
(responsable).

CORRECTION

Florence Marville.

PUBLICITÉ

Élodie Amianti,
Véronique Ducros.

IMPRESSION

Multicolor Print AG.
Tirage 5300 exemplaires.
© Couverture:
Sylvain Monney.

CHÈRES LECTRICES, CHERS LECTEURS,

Connaissez-vous la durize, la mondeuse noire, le freiburger ou encore le räuschling? Ce sont quatre de ces cépages indigènes suisses, autrefois largement répandus dans certains cantons et quasi disparus face à la concurrence de variétés plus productives. Rustiques et pleins de charme, ils sont aujourd'hui cultivés par une poignée de vigneronnes et vignerons passionnés.

Embarquez avec nous dans un *road trip* du Valais à Zurich pour découvrir ces perles oubliées.

Le pain aussi pourrait entrer dans la catégorie des trésors cachés: après avoir été longtemps considéré comme un aliment de base un peu quelconque, il regagne ses lettres de noblesse. Des boulangeries artisanales aux grandes tables étoilées, on redécouvre ce produit aussi modeste qu'il est chargé de symboles. Entre levain et céréales anciennes, nous lui consacrons un grand dossier dans ce hors-série automnal.

Ce n'est pas tout: à l'occasion de la Semaine du Goût 2023, nous vous emmenons au marché avec le chef étoilé Pierrot Ayer, parrain de l'événement, et vous proposons une sélection de savoureuses activités aux quatre coins du pays. L'exploration des trésors du terroir helvétique se poursuit avec une escapade dans la plus haute distillerie de whisky du monde, perchée à 3303 mètres d'altitude au cœur des Grisons, et dans la paisible vallée de l'Entlebuch (LU), Biosphère de l'Unesco où patrimoine naturel, agriculture et tourisme durable cohabitent selon un modèle qui a fait ses preuves. Et s'il vous faut plus d'exotisme encore, nous vous présentons treize produits aux saveurs asiatiques, mais élaborés artisanalement en Suisse. Le menu de ce hors-série, traditionnel rendez-vous consacré aux merveilles de notre terroir, fait la part belle aux découvertes. Nous espérons que vous aurez du plaisir à nous suivre dans cette exploration gustative. Bonne lecture et bel automne!

CLÉMENT GRANDJEAN, RÉDACTEUR EN CHEF ■



Notre pain quotidien? Bio, bien sûr!

La meilleure qualité bio depuis 30 ans.



naturaplan



Le bio, c'est dans notre nature.

coop

Pour moi et pour toi.

EN BREF

Les actualités du terroir. **P. 6**

FOCUS

Du Valais à Zurich, sur la route des cépages rares. **P. 9**

ŒNOTOURISME

Quatre sorties au cœur des vignes. **P. 17**

RENCONTRE

Au marché avec le chef Pierrot Ayer, parrain de la Semaine du Goût. **P. 22**

DOSSIER

Le pain redore son blason. **P. 27**

REPORTAGE

Orma, un whisky grison de haut vol. **P. 33**

RÉGION

L'Entlebuch, pastorale helvétique. **P. 39**

SAVEURS

Le goût de l'Asie, «made in Switzerland». **P. 49**

BONS PLANS

Notre sélection d'activités pour célébrer la Semaine du Goût. **P. 55**



© GABRIEL MONNET/CLÉMENT GRANDJEAN/ORMA



LA FÊTE CHANGE DE TÊTE

La Confrérie des vignerons de Vevey a, depuis cet été, un nouvel abbé-président. Nicolas Gehrig, 45 ans, succède ainsi à François Margot à la tête de cette institution qui est chargée d'évaluer le travail effectué dans les parcs par les tâcherons, décernant des récompenses tous les trois ans. Mais aussi d'organiser la fameuse fête se tenant sur la place du Marché. Après une édition de tous les records en 2019, la prochaine est prévue à l'horizon de 2040. Ingénieur en systèmes de communication et membre du Conseil de la Confrérie depuis une décennie, le Veveysan souhaite moderniser le fonctionnement de l'organisation, dont les rangs se rajeunissent et se féminisent, mais surtout valoriser son engagement au service de la branche viticole.

www.confreriedesvignerons.ch



ÉCRIN VITICOLE

Lancé il y a plus de dix ans, le projet de réaliser une Maison des vins de La Côte est en train de devenir réalité. Situé à Mont-sur-Rolle (VD), le bâtiment est destiné à mettre en lumière les crus de l'appellation «La Côte» – regroupant douze lieux de production entre Morges et Nyon – ainsi que les spécialités du terroir local. Près de huitante vignerons-encaveurs y présenteront leurs vins, tandis que des fromagers, pêcheurs et autres artisans de la région proposeront leurs produits. Divers événements – initiation à la dégustation, ateliers de cuisine, séminaires – y seront également organisés. Devisé à 4,7 millions de francs, le chantier a commencé ce printemps. Quant à l'ouverture, elle est prévue à l'été 2024.

LA VOLAILLE LOCALE EST BONNE POUR LA PLANÈTE

Terroir Fribourg a récemment lancé une campagne de sensibilisation auprès du monde de la gastronomie, afin que le poulet régional soit davantage privilégié dans son approvisionnement, tant pour des questions environnementales que de soutien à la filière locale. Le canton figure parmi les plus importants producteurs de volaille, comptant plus de 250 producteurs ainsi que le plus grand atelier de transformation du pays, à Courtepin. En Suisse,

a rappelé l'association, la consommation de volaille se situe à 15 kg par habitant. Les deux tiers de ce volume proviennent de notre pays. Le reste est importé, principalement du Brésil, générant des émissions de gaz à effet de serre correspondant à la consommation annuelle de 39 000 voitures, d'où l'importance de privilégier le poulet helvétique, a communiqué Terroir Fribourg, qui a réalisé ce bilan carbone avec la société Projets21.



MONT-D'OR: UN ANNIVERSAIRE ET DE L'ESPOIR

La mi-septembre est attendue des amateurs de vacherins Mont-d'Or AOP: c'est là, chaque automne, que débutent les ventes, alors que la fabrication démarre, elle, dès la mi-août jusqu'au printemps suivant. Si la saison 2022-2023 s'est avérée décevante, avec une baisse de la consommation d'environ 10%, celle à venir se veut déjà festive. Cela fait vingt ans que cette spécialité du Jura vaudois a obtenu son appellation d'origine protégée. Malgré le contexte actuel difficile, lié à l'inflation, la diminution du pouvoir d'achat et la cherté du franc qui impacte les exportations, cet anniversaire – qui sera fêté les 22 et 23 septembre aux Charbonnières, à la vallée de Joux (VD) – doit être l'occasion de montrer, selon l'interprofession, que la qualité et l'authenticité du produit sont plus que jamais au rendez-vous.

www.vacherin-montdor.ch



QUELLES SERONT LES MEILLEURES SPÉCIALITÉS DU TERROIR?

Automne festif pour le Concours suisse des produits du terroir, qui célébrera sa dixième édition les 23 et 24 septembre à Delémont-Courtemelon (JU). Un jury composé de spécialistes, de producteurs et d'amateurs évaluera d'ici là 1200 spécialités issues de toute la Suisse avant d'attribuer des médailles de bronze, d'argent et d'or. Durant le week-end, le Marché des terroirs permettra aux 10 000 à 15 000 visiteurs attendus de déguster les délices proposés par près de 150 exposants, avec comme hôtes d'honneur le canton de Berne et beef.ch. «Nous souhaitons que les gens puissent découvrir les circuits courts, le bonheur des saveurs, et que des liens se renouent entre producteurs et consommateurs», se réjouit Olivier Boillat, responsable communication de ce rendez-vous bisannuel.

www.concours-terroir.ch



© DR

VIANDE DE LABO À LA SAUCE SUISSE

Visant à améliorer la durabilité, la sécurité alimentaire et le bien-être des animaux dans les systèmes alimentaires, la start-up alimentaire israélienne Aleph Farms a déposé une demande d'approbation à l'Office fédéral de la sécurité alimentaire et des affaires vétérinaires dans le but de commercialiser dans notre pays les premiers steaks de bœuf cultivés en laboratoire. Partenaire de l'entreprise, dans laquelle elle a investi dès 2019, Migros a indiqué que, si les autorités helvétiques en donnent l'autorisation, ce serait une première en Europe, des initiatives similaires étant en cours en Asie et aux États-Unis. Probablement réservé dans un premier temps à la restauration haut de gamme, le produit ne serait pas disponible dans les supermarchés avant 2030, a également précisé le géant orange. Selon une étude menée par ce dernier en collaboration avec la start-up, 74% des Suisses seraient ouverts à l'idée de tester cette innovation.

UNE RÉOLUTION PUR SUCRE EN FAVEUR DES ABEILLES



© ADOBE STOCK/DR

Afin de promouvoir des cultures agricoles respectueuses des abeilles, la faïtière des apiculteurs a intensifié cette année sa collaboration avec la branche sucrière et IP-Suisse. Grâce aux bandes fleuries et surfaces de promotion de la biodiversité mises en place, ainsi qu'à l'absence d'utilisation de produits phytosanitaires, les pollinisatrices profitent d'une floraison abondante. En contrepartie, les apiculteurs soutiennent cette production en achetant du sirop ou du sucre IP-Suisse pour l'alimentation hivernale de leurs ruches, ont communiqué les deux organisations. Toutefois, seuls 22% des 16 000 hectares de betteraves du pays sont cultivés selon le label. Un taux qui pourrait augmenter si l'industrie alimentaire – qui transforme 80% du sucre consommé dans notre pays – misait davantage sur cette denrée garante de durabilité.

www.ipsuisse.ch; www.abeilles.ch

FROMAGERS EN CONGRÈS

Après la Slovénie en 2022, c'est au tour de la Suisse d'accueillir, pour la première fois, le congrès annuel des artisans fromagers européens, du 11 au 13 octobre prochain. Organisé par le Centre de compétences Produits à base de lait cru, né d'un partenariat entre Agroscope et le canton de Fribourg, en collaboration avec Fromarte, association faïtière des artisans suisses du fromage, ce rendez-vous se tiendra à Posieux-Grangeneuve (FR). Visites de sites de fabrication, ateliers thématiques, conférences scientifiques et un grand buffet de fromages européens figurent au programme de cet événement d'envergure, qui a pour thématique principale cette année le lait cru. Production durable, nutrition et effets des produits laitiers sur la santé seront en outre abordés par des chercheurs invités. Plus de 200 personnes sont attendues, en provenance des quatre coins de l'Europe et de la Suisse.

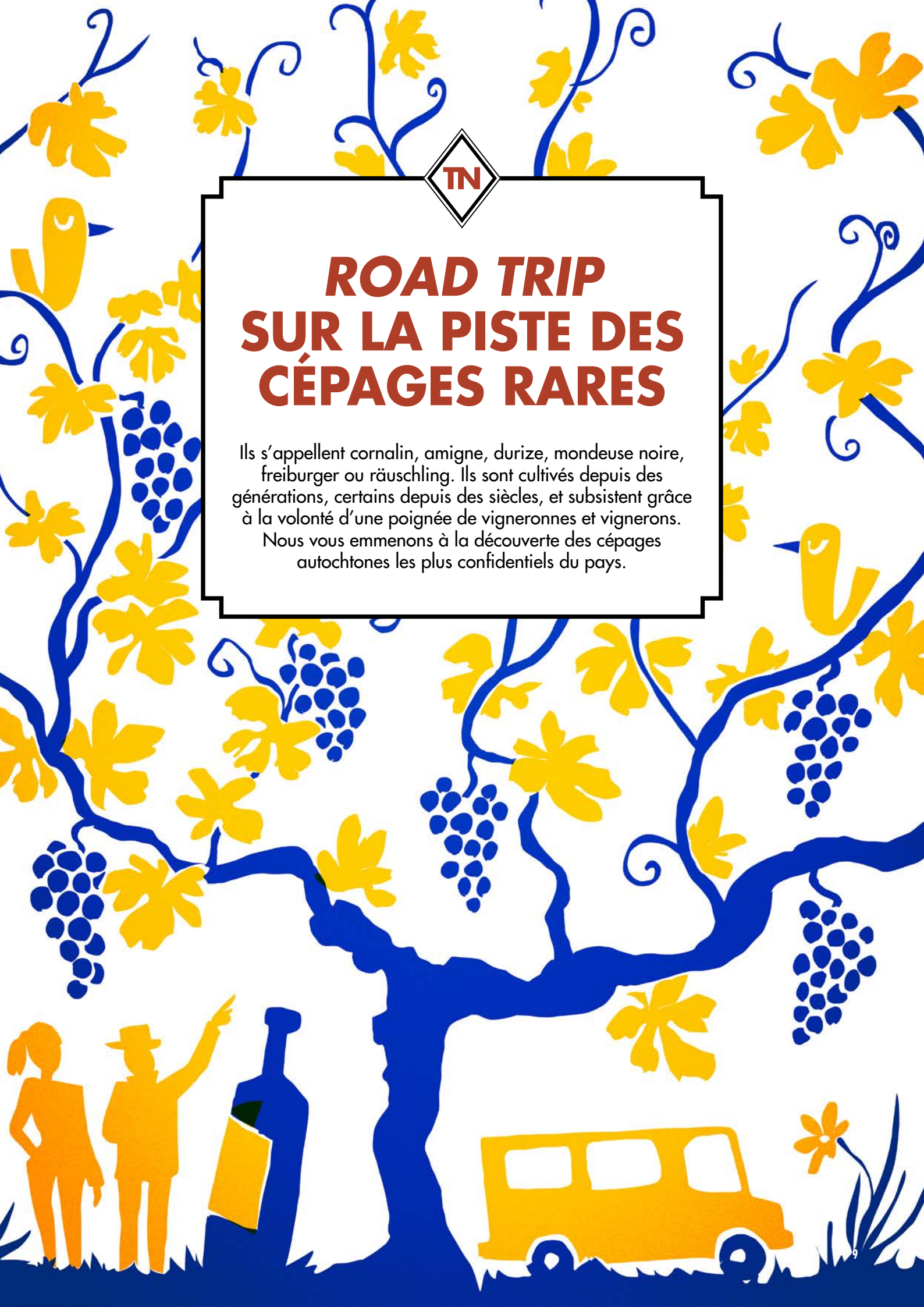
www.meeting2023.face-network.eu



PROXIMITÉ AU MENU

Lancée conjointement, il y a deux ans, par les cantons du Valais et de Fribourg, l'initiative «Cuisinons notre région» incite la restauration de collectivité à plus de durabilité en favorisant les produits locaux, à privilégier des modes de production socialement responsables et écologiques et à promouvoir la santé par une alimentation équilibrée. Vingt-cinq établissements – restaurants, EMS, université, Hautes écoles, accueils extrascolaires ou fondations – ont déjà signé la charte. Parmi les derniers en date à rejoindre le mouvement, cet été, l'hôpital Daler, à Fribourg (photo). Près de 350 plats sont préparés chaque jour dans les cuisines de l'institution pour les patients, le personnel, mais également pour des crèches.





TN

ROAD TRIP SUR LA PISTE DES CÉPAGES RARES

Ils s'appellent cornalin, amigne, durize, mondeuse noire, freiburger ou räuschling. Ils sont cultivés depuis des générations, certains depuis des siècles, et subsistent grâce à la volonté d'une poignée de vigneronnes et vignerons.

Nous vous emmenons à la découverte des cépages autochtones les plus confidentiels du pays.



Du Valais au canton de Zurich, sur la route des cépages rares et de leur histoire

La Suisse compte des centaines de variétés de vigne, illustrant la richesse de nos terroirs façonnés par des familles vigneronnes. Nous vous emmenons à la rencontre de six d'entre elles, du Vieux-Pays au Vully, en passant par l'arc lémanique.

Ce matin, la majeure partie de la Suisse est sous le brouillard et la pluie, alors que nous roulons vers le Valais, où le soleil inonde de ses reflets dorés la vallée du Rhône. Dans le rétroviseur, les constructions bétonnées de la plaine laissent peu à peu place aux coteaux pentus de la rive sud et aux vignes généreuses qui les tapissent. Taches colorées dans l'immensité verdoyante, quelques saisonniers finissent les derniers effeuillages, tandis que les grappes mûrissent tranquillement en attendant les vendanges. Avec ses quelque 2000 heures d'ensoleillement et 600 millimètres de précipitations par an, ce canton bénéficie d'un climat particulièrement propice à la culture du raisin, qui en fait le point de départ idéal de ce voyage à la découverte des cépages rares du pays.

Premier stop, et pas des moindres, chez Maurice Zufferey, qui fait pousser sur les hauteurs de Sierre une des variétés de vigne les plus typiques du canton: le rouge du pays, rebaptisé cornalin en l'honneur d'une pierre précieuse de couleur rouge. Issu d'un croisement entre le mayolet et le petit rouge, tous deux originaires de la vallée d'Aoste, ce cépage est aujourd'hui exclusivement cultivé en Valais, où on le considère comme indigène. Cette renommée, on la doit en partie à l'oncle de notre hôte, Charles Caloz. «Pendant longtemps, il s'agissait d'une production anecdotique, car les habitants consommaient principalement du blanc, le rouge étant plutôt vu comme un médicament. Mais dans les années 1960, il a décidé de faire repartir

d'anciens greffons. Depuis, quasiment toutes les caves en font et cette variété a retrouvé ses lettres de noblesse», raconte Maurice Zufferey en nous emmenant sur ses neuf hectares de parchets entre Muraz et Venthône.

Là-haut, la pente offre un panorama époustouflant sur le Rothorn, le val d'Anniviers et la colline de Ravire. Le vigneron, lui, a les yeux rivés sur son cornalin. Car si ce cépage se plaît dans le sol calcaire et peu argileux de la région, il reste très fragile. «Les feuilles peuvent facilement rougir à cause du cuivre, le bout de ses longues grappes se dessèche et ses grains à la peau fine attrapent parfois des coups de soleil, explique-t-il en nous montrant quelques stigmates. De plus, il peut être très vigoureux une année et pas assez la suivante, ce qui n'est pas évident à gérer.» Pour pallier ces problèmes, l'artisan et son équipe ont enlevé les grappes excédentaires et en ont retiré l'extrémité basse ces dernières semaines. Un travail cher au Valaisan, qui produit chaque année entre 5000 et 6000 bouteilles, élevées en cuve et en barrique. De retour à la cave, l'heure est à la dégustation. Une couleur profonde, un nez de cerise noire et d'épices ainsi qu'un tannin rond et élégant caractérisent ce nectar, qui se vend désormais jusqu'à Genève.

DIVERSITÉ DE BREUVAGES

À une vingtaine de kilomètres de là, un autre cépage rare, plus localisé mais tout aussi emblématique, fait la fierté des viticulteurs: l'amigne, un blanc très ancien d'origine romaine qui existe uniquement dans le Vieux-Pays, principalement à

Vétroz. Et qui de mieux pour nous en parler que Vincent Papilloud, qui est la quatrième génération à en cultiver dans la commune? Il nous accueille avec le sourire aux lèvres, malgré l'orage de grêle qui s'est abattu sur la région la veille au soir. «Des grêlons de quatre centimètres sont tombés pendant au moins trois minutes, c'était terrible. Heureusement, les grappes étaient encore

«La production de cornalin était longtemps anecdotique, car les gens consommaient principalement du blanc, le rouge étant vu comme un médicament.»

vertes et peu sucrées, ce qui devrait limiter la pourriture. Nous allons mettre du cuivre afin d'aider au séchage et essayer de sauver ce qui reste», expose-t-il en montrant l'étendue des dégâts.

En temps normal, le vigneron récolte en moyenne un kilo par mètre carré de cette variété aux grappes longues et aux grains espacés, qui s'épanouit entre les schistes noirs caractéristiques de la région. Créatif, Vincent Papilloud la valorise en une grande diversité de breuvages. Le plus typique: un vin blanc sec et tannique aux notes de mandarines et zestes d'orange, qui se marie à merveille avec les viandes, poissons et plats asiatiques relevés. «Il est facile à boire, léger en bouche et donne envie de remettre le verre en haut!» résume-t-il gaie-ment. Parmi ses autres spécialités, un mousseux élaboré selon une méthode traditionnelle champenoise, un vin orange vinifié dans une amphore en grès, ainsi qu'un vin surmaturé élevé sur souche. «Pour celui-ci, nous vendangeons en ➔»

TERROIRS RICHES

La Suisse compterait environ 250 cépages sur 15 000 hectares – les plus cultivés sont actuellement le chasselas et le merlot. Ils sont répartis en trois familles: les indigènes, les importés (comme le pinot noir ou le gamay) et les créations, soit les croisements entre plusieurs variétés. Une diversité qui illustre à merveille la richesse de nos terroirs, tout en racontant l'histoire des personnes qui les façonnent en famille depuis plusieurs générations.

CAVES OUVERTES, C'EST SAMEDI !

De nombreux
domaines vous
accueillent tous
les samedis dans
leur cave pour
un moment unique
de partage.

Liste et horaires des caves sur www.geneveterroir.ch



SWISS WINE | SANS HÉSITER
GENÈVE

Suisse. Naturellement.

→ hiver, parfois sous la neige, afin qu'il ait le temps de se gorger de sucre», détaille celui qui écoule la majorité de sa production en vente directe, grâce à une clientèle fidèle depuis plusieurs générations.

UN VIN ROUGE ALPIN

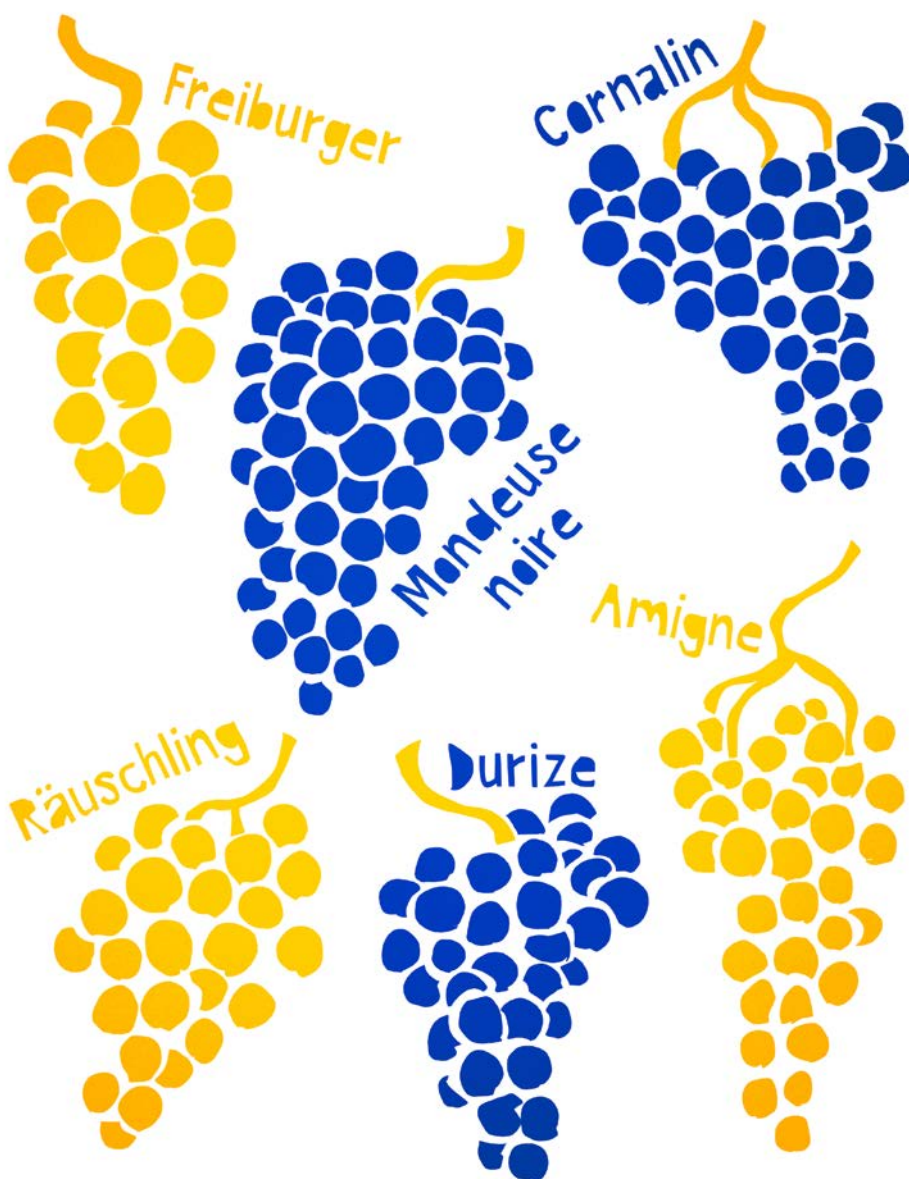
Mais l'amigne n'est pas le seul cépage à être cultivé uniquement en Valais. Il y a aussi la durize, dont Fully est l'un des lieux de prédilection. Originaire du val d'Aoste comme le cornalin, dont il est un lointain parent, ce cépage occupait au XIX^e siècle près de la moitié des surfaces viticoles de la commune, avant de laisser la place au pinot noir et au gamay. Ce n'est que dans les années 1970 que celui qu'on appelait autrefois le rouge de Fully a fait son retour en grâce,

**«Mon père souhaitait
conserver ce patrimoine,
alors il est allé chercher
d'anciens greffons
de durize.»**

notamment grâce au père d'Henri Valloton. Justement, nous voilà chez le fameux vigneron, ravi de nous compter son histoire familiale. «Mon père souhaitait conserver ce patrimoine, alors il est allé chercher d'anciens greffons. Aujourd'hui, nous en cultivons plus de 3000 mètres carrés, et d'autres s'y sont mis dans la région», narret-il en se promenant sur son pittoresque domaine bio de la Combe d'Enfer.

Si cette variété a des récoltes assez hétérogènes d'année en année, elle résiste bien aux champignons comme l'oïdium et s'adapte particulièrement bien au réchauffement climatique. «Avec les fortes chaleurs, il y a moins d'alternance et les vendanges sont plus stables», remarque-t-il en sillonnant entre les rangs de vigne, qui ont été plantés au soleil couchant pour profiter d'un ensoleillement maximum. La différence avec le

© SILVAIN MONNEY



cornalin? La durize a de plus grosses grappes et des grains à la peau plus dure, d'où son nom issu du latin *duracena*, formé de *durus* (dur) et *acinus* (baies). Henri Valloton en tire un vin rouge alpin et rustique, tout en étant très digeste et assez peu alcoolisé. «C'est assez spécial en matière d'arômes et de structure, avec des notes de pruneaux cuits, de poivre de cayenne, de sous-bois et

de vanille au nez. C'est idéal en été avec des grillades», assure-t-il. Si quelques cuvées peuvent avoir une certaine amertume les premières années, celle-ci s'estompe avec le temps, pour s'arrondir et acquérir des saveurs de fraise des bois et de cerise. «Il faut savoir être patient, c'est aussi ça la beauté du métier.»

CÉPAGE VENU DE SAVOIE

Sur ces sages paroles, nous continuons notre périple en direction de l'arc lémanique, plus particulièrement de Lavaux, où nous attend Vincent Chollet. Baptisé Mermetus, son domaine bio de sept hectares à Aran-Villette (VD) surplombe majestueusement le lac, offrant une vue →

FÉDÉRER LE PUBLIC AUTOUR D'UN CRU

Spécialité valaisanne, l'amigne est notamment mise à l'honneur par le Groupement des encaveurs de Vétroz, qui propose une classification des cuvées en fonction du taux de sucre résiduel – avec des logos allant d'une à trois abeilles – et organise de nombreux événements, comme des soirées massage et dégustation. «Le public rajeunit, c'est une bonne nouvelle», relève le vigneron vétrozain Vincent Papilloud, qui ouvrira d'ici peu une cave plus moderne dans le village afin d'accueillir le public.



—> imprenable sur l'autre rive et la France. Un panorama en adéquation parfaite avec le thème du jour, puisque c'est précisément de Savoie qu'est originaire l'un des cépages préférés de notre hôte: la mondeuse noire. Si cette variété présente depuis l'époque romaine a longtemps été l'une des plus importantes de la région, elle a peu à peu disparu des coteaux de Lavaux, notamment à cause de la crise phylloxérique. «Ce ravageur venu des États-Unis a détruit les vignobles européens à la fin du XIX^e siècle. Ce n'est qu'environ cent ans plus tard que mon père Henri a importé de nouveaux plants de Savoie. C'était un pionnier», retrace le vigneron, qui a repris le domaine en 2010. Aujourd'hui, il y cultive 5000 mètres carrés de mondeuse sur des terrains sableux

et profonds issus des moraines glaciaires. «Ainsi, ce cépage rustique résiste bien aux longues périodes de chaleur et de sécheresse. Une vendange tardive est idéale pour lui laisser prendre le goût de l'automne.»

À ce moment-là, les grains les plus gros sont transformés en vin rosé, et les plus concentrés en vin dit du Bacouni, en référence aux anciens bateliers des rives suisses du Léman. Vincent Chollet le décrit comme suit: une robe pourpre à reflets violacés, un nez complexe de raisin mûr et d'épices, ainsi qu'une bouche légère, tannique et sensuelle. On confirme. «Ses vertus diététiques sont aussi intéressantes, puisque son taux d'alcool ne dépasse que rarement les 12%, même avec les fortes

chaleurs dues au réchauffement climatique. Il accompagne idéalement aussi bien les plats gastronomiques sophistiqués que les spécialités du sac à dos», aime-t-il à répéter.

UNE RARETÉ À PRÉSERVER

En parlant de sac à dos, nous voilà de retour sur la route. Changement de décor — et de lac —, à notre arrivée dans le Vully. Ici, l'influence germanique se ressent jusqu'au nom du cépage typique de la région: le freiburger, issu d'un croisement entre un sylvaner et un pinot gris obtenu en Allemagne, à Fribourg-en-Brisgau, en 1916. Désormais principalement cultivé dans la région, il a été importé par le papa de Jean-Daniel Chervet dans les années



© SILVAIN MONNEY

«Le freiburger se rapproche du chasselas, mais en plus riche. On n'en trouve qu'une vingtaine d'hectares dans le monde.»

1950. Il semblerait que les cépages rares soient, très souvent, une histoire de famille... «Ça, c'est sûr, confirme le vigneron, installé à Praz (FR), au bord du lac de Morat. Mon père Louis a découvert cette variété en Allemagne durant un stage et a décidé de la planter chez nous.

Aujourd'hui, sa vigne est encore en production, c'est assez exceptionnel!»

Ces dernières semaines, l'artisan et son équipe ont effectué un grand travail d'effeuillage, le freiburger s'avérant assez touffu et composé de nombreuses petites feuilles. «C'était un sacré labeur. En revanche, il est très régulier avec environ 750 grammes de raisin par mètre carré, ce qui est très correct», dit-il. Comme d'autres cépages, ce dernier a pour l'instant profité du réchauffement climatique pour s'épanouir encore davantage dans la molasse des sols du coin. Jean-Daniel Chervet en propose un vin blanc sec expressif et racé, avec une bonne acidité et des notes de fleur d'acacia, coing et fruits de la passion. «Cela se rapproche du chasselas, mais en plus riche. J'y suis

attaché, car c'est une rareté. On n'en trouve qu'une vingtaine d'hectares dans le monde», affirme-t-il. Dans le Vully, les producteurs de freiburger se sont rassemblés sous une charte de façon à garantir une qualité homogène. Plus récemment, l'État de Fribourg en a même planté et a proposé son premier millésime en 2021.

RETOUR EN GRÂCE

La sixième et dernière étape de ce *road trip* nous mène bien plus au nord, à Laufen-Uhwiesen (ZH). En cette fin de journée, nous sommes à quelques encablures des chutes du Rhin, un lieu caractérisé par un microclimat et un sol sableux appréciés de l'un des plus vieux cépages au monde, nommé le räuschling. S'il a été longtemps cultivé dans la région allemande de Landau – où il est mentionné pour la première fois en 1546 –, il a aujourd'hui quasiment disparu de son terroir d'origine et ne se trouve plus qu'en Suisse alémanique. Pourtant, ce n'était pas gagné d'avance, rappelle Nadine Besson-Strasser, qui a repris le domaine familial en 2009. «Il a longtemps eu une mauvaise réputation, la récolte pouvant parfois être réduite de moitié en cas de printemps pluvieux. De plus, les gens le trouvaient très acide et disaient qu'il était idéal pour laver les vitres», rigole-t-elle.

Remplacé dans les années 1980 par du riesling-sylvaner, il est aujourd'hui redevenu une spécialité appréciée des vignerons – car résistant à la sécheresse, au mildiou et au bostryche – et des consommateurs. «Il est frais, minéral et délicat, avec des notes de citron. J'aime beaucoup le déguster avec du poisson, puisque nous sommes au bord du Rhin», souligne la vigneronne en biodynamie. Celle-ci le décline en trois versions: blanc, fumé et mousseux. Mais que peut bien signifier räuschling? «Certains disent qu'il s'agit du bruit du vent qui passe au travers du feuillage dense. Mais je laisse à chacun sa propre interprétation», répond-elle en souriant. D'ici à quelques semaines, il sera l'heure de vendanger et Nadine Besson-Strasser espère que le beau temps perdurera. «La pluie peut faire éclater et pourrir le raisin, mais ne parlons pas de malheur. Pour l'instant, les vignes sont magnifiques. C'est bon signe.» Un présage l'on souhaite à tous celles et ceux qui ont croisé notre route, pour qu'ils continuent à faire perdurer les cépages qui racontent l'histoire du vignoble suisse, génération après génération.

LILA ERARD ■

La Balade des Capites

BOUCLE DE 4.5 KM
AU COEUR DES VIGNES

Un parcours œnotouristique unique à travers le vignoble classé de Féchy, au cœur de La Côte AOC.

Partez à la découverte des 7 capites, munies de panneaux informatifs et ludiques,
et apprenez-en plus sur le travail des vignerons.

2 EXPÉRIENCES À VOTRE DISPOSITION:



Une balade ludique
comprenant 2 haltes
en libre-service pour
les visites spontanées!



Un kit rando-terroir à
réserver 48h à l'avance
pour profiter de se balader
tout en dégustant des
produits locaux!

Scanne le QR code
pour en savoir plus et
réserve ton kit



baladedescapites.ch
FR - DE - EN

FÉCHY VIGNOBLE
CLASSÉ



Découvrez plus de 80 producteurs locaux en Suisse Romande



La garantie
de l'authenticité
et de la qualité
des produits



Encourager
la vente
directe



Privilégier le dialogue
entre producteurs
et consommateurs



Plongez au cœur des vendanges



© DR

Et si, après un magnifique été à déguster des crus suisses en terrasse, vous partiez à la découverte du travail qui se cache derrière une bouteille de vin helvétique? Deux week-ends organisés par Swiss Wine Promotion vous permettent de suivre le processus de fabrication, de la vigne à la cave.

L'été tire gentiment sa révérence, les raisins se gorgent de sucre et les vignes se parent discrètement de touches d'or, embellissant nos paysages d'une douce teinte automnale. C'est le temps des vendanges, consécration du travail accompli par les productrices et producteurs tout au long de l'année. S'installe alors une période d'effervescence et d'activité fourmillante, qui réserve des moments conviviaux et festifs, dans une ambiance de partage et de bonne humeur.

Septembre est là, c'est le moment de retrousser ses manches et de plonger «au cœur des vendanges». C'est ce que propose cet événement mis sur pied par Swiss Wine

Promotion: une découverte, le temps d'une demi-journée, du travail des vigneronnes et des vignerons, de la vigne à la cave. Lors de la période des vendanges, il y a de nombreuses tâches à effectuer à travers tout le domaine, à l'intérieur comme à l'extérieur, pour préparer le matériel, réceptionner le raisin, le transformer en jus, sans compter bien d'autres étapes. Afin de découvrir le processus de création du vin, une journée nationale des vendanges a été lancée en 2021. Participez à l'événement durant les week-ends du 23 et 24 septembre ainsi que le 30 septembre et 1^{er} octobre! En solitaire, en famille ou entre amis: ce rendez-vous est un incontournable de l'automne.

**EN PARTENARIAT AVEC
SWISS WINE PROMOTION ■**



UN ÉVÉNEMENT À NE PAS RATER

L'événement «Au cœur des vendanges» est un incontournable de l'automne. Les week-ends du 23 et 24 septembre ainsi que du 30 septembre et 1^{er} octobre, initiez-vous aux vendanges aux côtés de vigneronnes et vignerons suisses! Le temps d'une demi-journée, découvrez le processus de création des vins helvétiques, de la vigne à la cave. Information et réservation sur www.aucoeurdesvendanges.ch.

INFOS PRATIQUES

DATES Au cœur des vendanges, week-ends du 23 et 24 septembre ainsi que le 30 septembre et 1^{er} octobre.

TARIF Le billet est de 40 fr. dès 16 ans.

PROGRAMME Initiation d'une demi-journée aux vendanges, visite de la cave et dégustation.

INFORMATIONS ET RÉSERVATION www.aucoeurdesvendanges.ch

Le Seeland regorge de nectars



© JURA & TROIS-LACS

Prenez part à une randonnée viticole exceptionnelle à travers le vignoble du lac de Bienne! Au cours de cette activité guidée au départ de Douanne ou Ligerz (BE), dégustez des vins de la région et faites connaissance avec trois producteurs.

Lors de cette randonnée de 3 km à travers les plus beaux paysages viticoles de la rive nord du lac de Bienne, vous découvrirez l'art de la vinification, les différents cépages et la façon dont les vins sont vieillissent et mis en bouteille. Vous aurez la chance de déguster treize crus de la région, visiter trois domaines et rencontrer les vignerons passionnés qui consacrent leur vie à la fabrication de vins exceptionnels. Il y a quelques dizaines d'années,

la production se limitait au chasselas et au pinot noir. Aujourd'hui, on compte plus de 40 cépages, passant des classiques aux crus rares. Toutes les exploitations viticoles sont des entreprises familiales, qui produisent des vins de haute qualité de manière artisanale. Un guide vous accompagnera tout au long de l'après-midi. Il partagera avec vous des informations complémentaires ainsi que des anecdotes sur la région.

**EN PARTENARIAT AVEC
TOURISME BIENNE SEELAND ■**



VINOTHÈQUE VINITERRA

Située dans le charmant village viticole de Douanne (BE), la vinothèque Viniterra est l'endroit idéal pour découvrir la grande variété des vins du lac de Bienne. Les amateurs peuvent y déguster plus d'une quarantaine de crus provenant de plus de 60 exploitations viticoles de la région, le tout dans une ambiance conviviale. www.j3l.ch/viniterra

INFOS PRATIQUES

DURÉE ET TARIF 5 h. / 89 fr. par personne.

BON À SAVOIR L'activité est guidée et débute à Douanne ou à Ligerz (BE), en fonction des vignerons participants.

RÉSERVATION www.j3l.ch/vinitour

SE RENSEIGNER Tourisme Bienne Seeland, tél. 032 329 84 86, info@biel-seeland.ch



© DR

Expériences vinicoles princières

Traditionnelle et professionnelle, la culture du vin au Liechtenstein mise sur la qualité. Une centaine de vignerons œuvrent ainsi en principauté afin de livrer les meilleurs crus possible. À déguster quand vient l'automne.

Nichée dans les montagnes entre la Suisse et l'Autriche, la paisible principauté du Liechtenstein est l'un des plus petits pays d'Europe. C'est surtout un joyau culinaire: les connaisseurs y découvrent d'exquis plats gastronomiques au sein de restaurants étoilés, ainsi que des menus traditionnels dans les pubs rustiques ou les cabanes alpines. Une cuisine populaire couronnée de vins princiers. D'ailleurs, saviez-vous que la vigne est cultivée dans la principauté depuis 2000 ans? Les premiers ceps ont en effet été introduits par les Romains. Les vignobles profitent du föhn et

l'expérience des vignerons locaux a depuis permis la production d'excellents crus, du chardonnay au pinot noir, en passant par le riesling. Aujourd'hui, plus de 100 vignerons, dont quatre viticulteurs professionnels, assurent la production des différents nectars. On retrouve parmi eux la Cave du Prince, à Vaduz. Tous misent sur la qualité, tout en perpétuant la tradition. Quand vient l'automne, place aux fêtes du vin. Les vignerons présentent alors leurs nouveaux millésimes, permettant aux visiteurs de découvrir une grande variété de crus. À cette occasion, la reine du vin est également couronnée.

EN PARTENARIAT AVEC
LIECHTENSTEIN MARKETING ■



UN SÉJOUR UNIQUE

Grâce à l'offre «Expérience princière», les amateurs de vin ont la possibilité de profiter d'une nuit dans un hôtel du Liechtenstein, de visiter un domaine viticole de la principauté et de participer à une dégustation de vin. En souvenir, ils repartiront avec une bouteille magnum remplie personnellement pour chacun d'entre eux.

INFOS PRATIQUES

PRIX 195 fr. incluant 1 nuit avec petit-déjeuner, dégustation de vin, visite de cave, bouteille de vin magnum personnalisée et pass aventure; www.tourismus.li/wineexperience

BON À SAVOIR Il y a quatre viticulteurs professionnels au Liechtenstein (La Cave du Prince, Weinbau Hoop, Harry Zech Weinbau Cantina, Weingut Castellum), www.tourismus.li/vineyards; www.tourismus.li/wine

INFORMATIONS ET RÉSERVATION Liechtenstein Marketing, 9490 Vaduz, info@liechtenstein.li, www.tourismus.li

Brisolée et balade entre les ceps

Rendez-vous à Bex (VD) à la fin du mois d'octobre. Lancée il y a une quinzaine d'années, la manifestation réunit les amateurs de vin et de produits du terroir, qui pourront déambuler dans les vignes un verre à la main. Cinq stands jalonnent le parcours pour autant de haltes savoureuses avant de clôturer cette journée festive par une brisolée.

Depuis 2007, la Brisolée et balade dans les vignes est devenue une manifestation incontournable de la commune de Bex (VD). Le dimanche 29 octobre prochain, que ce soit à bord du petit train ou à pied,

la population pourra découvrir les magnifiques vignobles et châtaigneraies de la colline du Montet.

Sur le parcours, munis d'un verre de dégustation, les participants auront la possibilité de savourer d'excellents millésimes grâce aux cinq stands qui jalonnent la balade, tout en profitant du spectacle de la nature, qui sera parée de ses belles couleurs chaudes de l'automne.

Et pour terminer en beauté, une brisolée royale accompagnée de produits du terroir sera servie à la grande salle de Bex. Côté ambiance, une animation musicale accompagnera le repas.

Quelques artisans locaux seront également présents à la grande salle durant cette journée. Et pour les plus jeunes, un stand sera consacré au maquillage et découpe de courges en prévision d'Halloween.

**EN PARTENARIAT AVEC LA SOCIÉTÉ
COOPÉRATIVE VINICOLE DE BEX ■**



© DR

BON

pour 1 verre dégustation
Gratuit (valeur 15 fr.)

Brisolée Royale
2023

INFOS PRATIQUES

DÉPART Grande salle du Parc à Bex.

TARIFS Verre 15 fr. et brisolée 20 fr.

DATE 29 octobre 2023, de 10 h à 15 h 30 (dans le vignoble) et 17 h (dans la grande salle).

BON À SAVOIR Pas besoin de réserver.

RENSEIGNEMENTS Société coopérative vinicole de Bex, tél. 024 463 25 25 ou info@vinicole-bex.ch



POMMES DE TERRE AU FOUR AU GRUYÈRE AOP

La pomme de terre, un tubercule merveilleux et tellement polyvalent. Depuis des millénaires, elle est l'un des aliments de base les plus importants de l'humanité, que ce soit sous forme de purée, de gratin, de salade ou de frites (qui sont sans aucun doute la variante la plus populaire). Ce tubercule, que nous connaissons pourtant depuis tout petit, ne cesse de nous surprendre par les diverses saveurs qu'il développe dans chaque plat. La pomme de terre est également très appréciée dans la cuisine professionnelle et je l'ai déjà préparée en de très nombreuses variations. J'ai choisi une préparation largement répandue et appréciée: les pommes de terre au fromage. Raclette, gratin ou röstis gratinés: associée au fromage, la pomme de terre est toujours un régal. Les deux ingrédients principaux de ce plat doivent mettre en valeur la perfection de la simplicité. Qui peut résister à du Gruyère AOP croustillant et doré? Surtout s'il est accompagné d'herbes aromatiques et de zeste de citron frais. Des plus jeunes aux plus âgés, ce plat fera à coup sûr le bonheur de toute la tablée.

LE CHEF PHILIPPE LIGRON ■

Informations

Nombre de personnes: 4

Préparation: 10 minutes

Cuisson: 30 minutes

Plat principal / garniture

Ingrédients

- 600 g de pommes de terre à chair ferme (Amandine)
- 200 g de Gruyère AOP Réserve
- 20 g de beurre
- 5 g de thym
- 5 g de romarin
- 10 g de ciboulette
- 5 g de persil
- sel, poivre, noix de muscade
- Le zeste d'un citron

Préparation

1. Bien laver les pommes de terre et les couper en deux dans le sens de la longueur.
2. Râper le Gruyère AOP directement sur la plaque, répartir par-dessus le romarin et le thym finement hachés, assaisonner.
3. Répartir par-dessus les pommes de terre, face coupée vers le bas, assaisonner encore une fois.
4. Parsemer de flocons de beurre et faire cuire au four à 180°C jusqu'à ce que les pommes de terre soient tendres et le fromage croustillant.
5. Avant de servir, garnir de zeste de citron, de ciboulette et de persil frais.

Pierrot Ayer, le terroir et la mémoire

Figure de proue de la haute gastronomie, le Fribourgeois s'engage depuis quarante ans à mettre en valeur les produits de son canton, tout en rappelant l'importance des agriculteurs et des artisans. Nous avons accompagné le chef du Pérolles, désigné parrain de la Semaine suisse du Goût 2023, le temps d'une balade au marché.

Mercredi matin, 8 h 30. Le soleil matinal baigne déjà les stands du marché de Fribourg d'une chaude lumière de fin d'été. Une joyeuse animation règne sur la place, où une haute silhouette revêtue d'une chemise fleurie se fraie un chemin entre les étals. «Salut Pierrot!» À peine a-t-il parcouru quelques mètres que déjà, le cuisinier est apostrophé par un artisan. Il faut dire qu'il fait partie du paysage: emblématique ambassadeur du terroir de son canton de Fribourg natal, Pierre-André Ayer – ou Pierrot, ainsi qu'on l'appelle depuis toujours – a grandi au rythme des marchés et des saisons. L'odeur capiteuse des mirabelles mûres monte dans l'air. «Vous sentez ça? Oh, et voilà les premiers pruneaux.» Nous sommes à 500 mètres à peine du Pérolles, l'établissement auréolé de 17 points au Gault&Millau installé depuis 2019 dans

son chef de cuisine, Frédéric Martot. «Il faut savoir laisser sa place», résume-t-il. Demandez-lui si c'est aussi facile qu'il le laisse entendre et il s'adoucit pour répondre dans un sourire: «Quand il faut, il faut! J'essaie en tout cas de me mettre peu à peu en retrait, de les accompagner. Cela fait cinq ans que je partage l'aventure avec Julien, et l'idée de lui laisser les rênes était présente dès le début. Sinon, nous n'aurions pas repris ce restaurant.»

AMOUR DU PARTAGE

On le croit volontiers, tant la transmission fait figure de valeur cardinale dans le parcours du chef fribourgeois, impliqué depuis des années dans l'association des Jeunes restaurateurs d'Europe et tant d'autres regroupements d'acteurs de la branche. «C'est bien beau de cuisiner, lance-t-il. Mais je ne suis pas du genre à rester caché dans ma cuisine, moi. J'aime trop les gens pour ça. Et puis les rencontres, ça fait avancer.» Autant dire que pour cet amoureux du partage et des grandes tablées, figure de proue de la haute gastronomie dans son canton, jouer les parrains de la Semaine du Goût 2023 s'imposait comme une évidence. «Ce rôle, je l'endosse d'autant plus volontiers que je l'ai depuis toujours. Ça fait quarante ans que je vais au marché chaque semaine, que je m'engage à mettre en valeur les produits fribourgeois, à rappeler l'importance des producteurs: autour du terroir, il y a des gens, et pas seulement des chefs. Sans les agriculteurs et les artisans, on ne travaille pas.»

Le travail, voilà sans doute l'autre pilier de sa carrière, lui qui n'a jamais ménagé ses efforts pour repousser les limites de sa cuisine et se faire sa place sur une scène gastronomique qui a vite su reconnaître sa maîtrise des équilibres, des textures et des saveurs, couplée à un profond amour du terroir. Pas question de s'en plaindre: «Bien sûr que le métier est rude, rétorque-t-il. Mais ça s'apprend. Et puis c'est ça, la

→

«Il faut valoriser le travail des agriculteurs et des artisans.

Sans eux, nous autres cuisiniers ne faisons rien.»

son écran signé Mario Botta. On y travaille en famille, puisque Pierrot Ayer est épaulé par son épouse, Françoise, et son fils, Julien, chargé de l'administration et de la carte des vins. La cuisine, elle, reste le royaume du père, qui peut compter sur une brigade d'une dizaine de personnes. Cela fait néanmoins plusieurs années que le sexagénaire prépare sa succession, donnant toujours plus de liberté à son équipe et à







—> vie, non? Plus tu en as, plus tu en veux. Il y a beaucoup de boulot et des horaires à tenir, mais on est là pour satisfaire nos clients.» Il n'empêche, le chef a également appris à se ménager, à s'accorder suffisamment de vacances et à s'offrir de longues balades dans la nature afin d'évacuer la tension du quotidien.

DESTIN TOUT TRACÉ

L'enfance de Pierrot Ayer a le goût des légumes du potager familial, le goût des poires à botzi dont la peau fripée cache une chair gorgée de sirop et qui s'échappe lorsque vous en saisissez la queue sur la table de la Bénichon, le goût du chou rouge braisé. «Celui de ma mère était inimitable,

confie-t-il. C'est simple, je serais incapable de le refaire. Elle n'y mettait rien de bien compliqué, si ce n'est beaucoup d'amour et de temps. Et de la saucisse au foie.»

Peu importe s'il n'a pas grandi dans les coulisses d'un restaurant, il découvre cet univers lors d'un stage en tant que garçon de cuisine aux Marécottes (VS) et son choix est fait. Tout s'enchaîne comme si son destin était tracé: un apprentissage du côté de Rivaz puis de Lausanne, à la fin des années 1970, avant des passages par les établissements les plus cotés du pays, du mythique Baur au Lac de Zurich au Brudersholz de Hans Stucki, à Bâle, en passant par le Suvretta House de Saint-Moritz, le Schweizerhof de Berne ou le Pont de Brent,

tenu par Gérard Rabaey. Dix ans à vivre au rythme d'une scène culinaire suisse en pleine ébullition, durant lesquels il tire autant d'enseignements qu'il côtoie de chefs avant de voler de ses propres ailes en prenant, en 1988, les commandes du Buffet de la Gare de Fribourg. Trente-cinq ans plus tard, il est de retour dans le quartier après avoir exploité la Fleur-de-Lys, en Basse-Ville, et le Pérolles, premier du nom. Après s'être forgé, surtout, un de ces noms qui comptent dans le monde de la gastronomie.

SE RÉINVENTER SANS CESSER

«Tu es en forme?» Le chef s'arrête sans cesse afin de serrer une main, échanger quelques mots avec une connaissance ou caresser du regard l'étal d'un maraîcher. «C'est chez lui qu'il faut aller pour trouver les meilleures cerises», souffle-t-il en désignant le stand d'un producteur du coin. Il tient plus que tout à ce rendez-vous hebdomadaire avec celles et ceux qui incarnent le terroir fribourgeois, et son équipe en repart chaque mercredi à l'aube avec de lourds sacs chargés de fruits, de légumes et de fromages. Aussi se souvient-il s'être senti presque orphelin au lendemain de l'arrêt de

C'EST REPARTI POUR LA SEMAINE DU GOÛT

Une semaine pour mettre en lumière les richesses du terroir suisse, mais aussi les enjeux de santé, de durabilité et de politique qui se cachent derrière notre alimentation: plus grande manifestation gourmande du pays avec plus d'un demi-million de participants chaque automne, la Semaine suisse du Goût place depuis vingt-trois ans la thématique de l'alimentation sur le devant de la scène. Ville du Goût 2023, Fribourg profite de cette belle vitrine pour mettre en avant ses producteurs, mais aussi une réflexion générale d'ordre environnemental sur la provenance et la revalorisation des aliments. Une riche offre d'événements, de menus spéciaux et d'activités a été concoctée du 14 au 24 septembre aux quatre coins de la Suisse (retrouvez notre sélection en pages 56-58).

www.gout.ch



De l'étal du maraîcher à celui du poissonnier, Pierrot Ayer jette un regard expert sur les produits de la région, goûte, hume et échange avec les artisans. Fréquentant le marché de Fribourg depuis toujours, le chef y est connu comme le loup blanc.



© GABRIEL MONNET

«Le vin est un produit qui raconte le temps qui passe. Mais ce n'est pas le seul: le levain aussi a ses fluctuations.»

l'exploitation de son ancien Pérolles, à l'automne 2017. «Faire le marché seulement pour moi, c'était étrange, relève-t-il. Ce que j'aime, c'est me laisser inspirer, sentir les produits, les toucher et imaginer ce que je pourrais servir à mes clients.» C'est dans le but de conserver cette liberté que le chef réinvente sa carte presque une fois par mois, comme il y a quelques semaines, lorsqu'il a découvert de belles grappes de sureau. Le lendemain, les fines baies rehaussaient un dessert imaginé autour de la pomme gravenstein et du verjus. Le soleil grimpe sur la place Georges-Python, les odeurs se mêlent à mesure que l'on passe d'un stand à l'autre, les éclats de rire fusent. «Il faut que je te fasse déguster

quelque chose, Pierrot!» lance un fromager, qui lui tend une lamelle de l'un des premiers vacherins fribourgeois d'alpage de la saison. Il le goûte, opine du chef, regard dans le vague. Entretenir un contact étroit avec ses producteurs permet à ce perfectionniste qui ne laisse jamais rien au hasard de s'assurer un approvisionnement en matière première de très haute qualité. «Tu ne dois pas seulement recevoir des légumes et les cuisiner, mais les analyser pour comprendre pourquoi ils conviennent ou non.»

UN MÉTIER DE MÉMOIRE

S'il ne recherche pas l'exotisme à tout prix, Pierrot Ayer ne s'interdit jamais d'intégrer des ingrédients étonnants au gré de ses découvertes, des agrumes aux herbes aromatiques méconnues. Sa seule boussole, c'est son goût. «Il suffit d'un rien, de croquer dans un fruit, de sentir une odeur, parfois, pour éveiller quelque chose dans votre esprit.» Parce que la cuisine doit rappeler des souvenirs? «Parce que nous faisons un métier de mémoire, assure-t-il. C'est ça, la cuisine. Nous travaillons avec des produits naturels, et nous devons les prendre comme ils viennent. Chaque année est différente:

on pourrait citer l'exemple du vin, bien sûr, avec les subtilités de chaque millésime, mais il n'est pas le seul. L'estragon, cet été, n'a pas le même goût que l'an dernier, le levain aussi a ses fluctuations...» Machine à goûter le temps qui passe, la cuisine telle que la raconte Pierrot Ayer est à la fois humble et noble, aérienne et ancrée dans la terre. Un peu comme celui dont la solide carrure et le ton parfois bourru cachent une profonde modestie et une immense curiosité.

Une cloche sonne, quelque part dans la vieille ville. Le chef jette un coup d'œil à sa montre. C'est le moment de reprendre le chemin du restaurant, où il y a encore tant à faire avant le service de midi. Dans quelques minutes, il troquera sa chemise légère pour sa vareuse blanche, nouera son tablier avec la rapidité d'un geste mille fois répété, se mettra au service de ses clients et de ses produits. «Peu importe que l'on parle d'un étoilé ou d'un bistrot de village: un restaurant, c'est un lieu de transmission du goût, résume-t-il en poussant la porte du Pérolles. Et le goût, c'est la vie.»

CLÉMENT GRANDJEAN ■

+ D'INFOS www.leperolles.ch

Goûtez aux traditions avec Terre&Nature

Abonnez-vous
& recevez chaque jeudi
encore plus d'idées gourmandes



Terroir – Agriculture – Nature – Jardin – Animaux – Balades – Loisirs

Bulletin de commande

Je m'abonne à l'hebdomadaire **Terre&Nature**

Papier & numérique

- ☐ 3 mois pour **Fr. 30.-**
- ☐ 6 mois pour **Fr. 128.-**
- ☐ 1 an pour **Fr. 256.-**

Uniquement numérique

- ☐ 1 an pour **Fr. 160.-**

Mes coordonnées

Prénom/Nom

Rue/N°

NPA/Ville

Téléphone

E-mail

Date de naissance

Par courrier Terre&Nature Publications SA – Service des abonnements, Chemin des Tuilières 3, 1028 Préverenges

Par e-mail abonnement@terrenature.ch En Ligne www.abos.terrenature.ch Par téléphone 0842 800 288

Tarifs valables jusqu'au 31 décembre 2023 Prix pour la Suisse, TVA incluse.

TN_STD_2023 (HS TERROIR)

TN

LE PAIN REDORE SON BLASON

Il est sur toutes les tables, et pourtant on l'a longtemps relégué à un rang accessoire. Réinterprété par les artisans, remis en valeur par les chefs étoilés, le pain n'a pas dit son dernier mot. Entre retour en grâce du levain, circuits courts et céréales anciennes, récit d'une renaissance.





Alliant simplicité et richesse, le pain retrouve ses lettres de noblesse

C'est l'aliment le plus apprécié des Suisses, mais la grande peur du gluten lui vaut de nombreuses critiques. Depuis les années 1950, la consommation de pain a baissé de 30%. En remettant au goût du jour les gestes et les céréales d'antan, une poignée d'artisans s'emploie à redorer son image.

Comme à la table du Christ, il y a le vin et le pain. Aux Trois Tours, à Bourguillon dans le canton de Fribourg, Romain Paillereau soigne l'un comme l'autre. Chaque carte à son choix de produits de boulangerie et l'association des saveurs est mûrement réfléchie. Du seigle pour sublimer le poisson ou un étonnant pain au cacao pour souligner les saveurs de son poireau cacao-persil. «C'est un aliment universel: tout le monde en mange. Comme pour le vin, il faut créer des accords. Dans un restaurant gastronomique, cet aspect doit être irréprochable.»

Le chef décoré d'une étoile Michelin garde en mémoire le signe de croix que ses parents traçaient au couteau sur la croûte, avant d'entamer une miche. Damien Germanier s'associe à ce souvenir: «Je ne suis pas spécialement croyant, mais le pain reste intimement lié à l'image de la Cène et donc à l'idée de partage.» Dans cette logique, le Valaisan a décidé, il y a quelques années, de renoncer aux petits ballons individuels. À la table sédunoise

— une étoile au Guide Michelin et 17 points Gault&Millau —, les convives doivent désormais rompre le pain, dressé sur une planchette modeste et rustique, à l'image de ce produit.

C'est un paradoxe: l'aliment le plus consommé de Suisse a renoué avec la simplicité d'antan en gagnant en richesse. À l'épeautre, à l'engrain, à l'amidonnié, aux graines de lin ou de courge... Le client des petites boulangeries de quartier a l'embaras du choix. «Le pain a retrouvé ses lettres de noblesse», lance Emeric Rousseau, fondateur de La Cave à Levain à Champlan (VS). Dans le métier depuis un quart de siècle, le Valaisan d'adoption a vu sa branche se transformer et l'image de ce produit se dégrader. «Je ne sais pas s'il y a effectivement plus d'intolérances ou si les moyens de détection sont devenus plus efficaces. Ce qui est sûr, c'est qu'avec le recul, on s'est rendu compte qu'il y a des choses à changer si l'on veut que la branche perdure.»

«COMPRENDRE SON MÉTIER»

Les statistiques de la Confédération l'attestent: en septante-cinq ans, la consommation de pain a reculé de 30% en Suisse. En moyenne, chaque habitant en mange désormais 42 kg par an, contre 49 kg en 2009. La faute «aux dérives de l'industrie», affirment Grégory Wyss et Séverin Gerber. «Le problème n'est pas le gluten lui-même, mais le fait qu'on a raffiné les céréales à l'extrême pour qu'elles soient plus faciles à cultiver et à travailler. On lui a ôté toute valeur nutritive.»

«On se rend compte qu'il y a des choses à changer si l'on veut que la branche perdure.»

**Souhaitez-vous
goûter à
l'excellence?**

**Les meilleurs produits
des terroirs suisses sont
à découvrir à Delémont-
Courtemelon (JU)
les 23 et 24 sept. 2023.**

concours-terroir.ch

Fondation
Rurale
Interjurassienne

CONCOURS SUISSE
DES PRODUITS DU TERROIR
2023

Hôte d'honneur:
CANTON DE BERNE

LE GOÛT DE LA NATURE.

GRUYERE.COM

LE GOÛT DES SUISSES DEPUIS 1115.

MARCHÉ DES PRODUITS DU TERROIR

Mycorama - Cernier

Suisse. Naturellement.

Samedi 28 octobre

Dimanche 29 octobre

10h00 - 18h00

10h00 - 17h00

Plus d'informations

Partenaire

SWISS WINE | SANS HÉSITER
NEUCHÂTEL

Terre Nature

La première plateforme suisse de crowdfunding consacrée à l'agriculture et à l'alimentation

Je veux lancer mon projet

www.yeswefarm.ch



© CLÉMENT GRANDJEAN

→ À Yverdon-les-Bains (VD), le duo a ouvert en 2017 une boulangerie autour de l'ancien four banal de la ville. Il privilégie le levain, les fermentations lentes et les céréales plus rustiques, «mais aussi plus difficiles», explique Séverin Gerber. C'est un retour en arrière: on revient à un produit vrai, tel qu'on le faisait il y a cent ans. Mais cela nécessite de comprendre son métier.»

TRAVAIL À LA MAIN ET PROXIMITÉ

Tous ne sont pas prêts à faire le pas: «Nous ne sommes pas des centaines. Ça reste une niche de passionnés, relève pour sa part Emeric Rousseau. Nos matières premières sont plus coûteuses, il faut davantage de main-d'œuvre. Nos prix sont plus élevés, mais nos marges plus réduites.»

Associés depuis cinq ans sous l'enseigne Bread Store, Laurent Buri et Thomas Marie évoquent un clivage au sein de la clientèle. «On l'observe aussi dans d'autres secteurs. Il y a d'un côté ceux qui sont sensibles à la

«C'est un retour en arrière: on revient à un produit vrai, tel qu'on le faisait il y a cent ans. Mais cela nécessite de comprendre son métier.»

qualité et ceux qui continuent à se tourner vers les produits de supermarché, par manque d'intérêt ou de moyens financiers. Nous avons déjà eu des clients qui me demandaient pourquoi un pain aux noix coûtait 5 fr. 50 chez nous contre 3 fr. 50 dans la grande distribution...»

L'explication est simple: «Les céréales pauvres en gluten nécessitent d'être travaillées à la main. Et nous tenons à recourir à des matières premières locales. Nous demandons à nos clients de jouer le jeu de la

proximité; nous nous devons d'être cohérents», estime Laurent Buri.

AU CHAMP, AU FOUR ET AU MOULIN

Pour les artisans, ce changement n'a pas été tout seul. C'est toute une chaîne alternative qu'il a fallu remettre en place, du champ au four, en passant par le moulin, poursuit Emeric Rousseau. Celui-ci trouve ses céréales auprès de cinq cultivateurs valaisans. Thomas Marie utilise du beurre de la laiterie de Chesalles-sur-Oron, des œufs pondus à Aigle et va chercher lui-même une partie de sa farine à Mollie-Margot (VD). Quant à Grégory Wyss et Séverin Gerber, ils s'approvisionnent à la ferme du Petit Noyer à Suchy (VD). «La farine que nous utilisons est moulue sur pierre. Cela permet de préserver les nutriments.»

Avec chaque fournisseur, c'est une petite histoire qui se crée, que les boulangers aiment mettre en valeur. Et à l'autre extrémité de la chaîne, les chefs se plaisent aussi à les raconter. Sur le profil Instagram du →


© CLÉMENT GRANDJEAN

—» Pont de Brent, une assiette colorée montre une boule de pain, saluant le travail de Thomas Marie. Sacré meilleur ouvrier de France en 2007, il fournit également le Palace et le Royal Savoy à Lausanne, les Trois Tours à Bourguillon, le Grand Hôtel du Lac

de Guy Ravet à Vevey (VD) ou encore des plus petites brasseries de qualité. Et chaque chef y va de sa touche: beaucoup, à l'image de Damien Germanier, privilégie un pain unique au levain, plus digeste, facile à conserver, «goûtu mais qui n'écrase pas les

saveurs du plat», relève le Valaisan. D'autres cherchent la complexité ou la diversité, à l'image de Grégory Wyss et Séverin Gerber, qui profitent du restaurant ouvert en 2020 dans l'ancien Hôtel de Ville pour faire découvrir leurs créations. Il y a ceux qui font appel à des artisans et ceux qui fabriquent sur place, comme Fiona et Christian Aeby au restaurant du Bourg, à Bienne (BE). «Nous tenons à faire le maximum nous-mêmes. On peut préparer le pain que l'on veut vraiment, avec une fermentation lente, ce qu'on peine à trouver dans les boulangeries», explique Fiona. C'est le chef qui a enseigné les gestes à son équipe: «Mon mari avait entamé une formation de boulanger-pâtissier qu'il a dû interrompre à cause d'allergies.»

Mais tous louent la simplicité de cet aliment, longtemps relégué au rang d'accompagnement, mais redevenu central. D'ailleurs, la bienséance n'interdit pas de saucer à la table, rappelle Damien Germanier. «Des clients n'osent pas le faire et me demandent parfois une cuillère. Je refuse catégoriquement de leur en amener une: le pain sert à ça! Il ne faut pas se gêner, c'est même un compliment pour le cuisinier.»

DAVID GENILLARD ■



L'ÉPEAUTRE DONNE DU GRAIN À MOUDRE AUX ARTISANS

Les variétés anciennes se font une place dans les boulangeries, mais ces cultures restent une niche pour beaucoup d'agriculteurs. Du côté de Swiss Granum, faitière nationale de la branche céréalière, on peine d'ailleurs à estimer la croissance de ce secteur. «La production peut varier d'une récolte à l'autre pour différentes raisons, souligne Stephan Scheuner. Il s'agit de cultures relativement peu répandues. Entre 2016

et 2022, le volume d'amidonner et engrain a triplé, mais en matière de surface, cela ne représente qu'une augmentation de 200 hectares.»

Le directeur de Swiss Granum indique que l'épeautre est également devenu plus populaire durant la même période. Les surfaces consacrées à cette céréale ont augmenté d'environ 70% depuis 2016. Mais elles restent faibles face à celles destinées à la culture du blé: 8700 hectares, contre 68 600 pour le blé.

Cette évolution se répercute sur les étals. Les Suisses se détournent de plus en plus du pain blanc, au profit de variétés plus rustiques. Avec un effet collatéral qui a de quoi réjouir les artisans: alors que la consommation par habitant a diminué depuis les années 1950, le chiffre d'affaires de la branche a progressé de 4,4% en 2022, soit un total de 2435 millions de francs, selon les chiffres publiés en juin par l'Office fédéral de l'agriculture.



TN

WHISKY DE HAUT VOL

C'est la plus haute distillerie du monde: perchée à 3303 mètres d'altitude, dans la station d'arrivée d'un téléphérique, Orma produit des spiritueux complexes qui rendent hommage au patrimoine naturel de l'Engadine.





Né entre terre et ciel, le whisky

Passionnés de spiriteux, Rinaldo Willy et Pascal Mittner ont construit la plus haute distillerie du monde dans la gare d'arrivée du téléphérique du Piz Corvatsch (GR), à 3303 mètres d'altitude. Depuis 2020, ils y élaborent patiemment des cuvées qui se veulent le reflet du terroir de l'Engadine. Visite.

C'est un voyage en soi. Pour visiter la distillerie Orma, il faut prendre le mythique train rouge des Chemins de fer rhétiques, descendre à Saint-Moritz (GR), poursuivre en bus jusqu'à Silvaplana puis Surlej et, de là, encore emprunter le téléphérique qui monte au Piz Corvatsch. Une fois arrivé en haut, à 3303 mètres d'altitude, le temps semble s'arrêter. Dans un silence à peine troublé par les cris des chocards, on jouit d'une vue

imprenable sur les lacs de l'Engadine et les sommets environnants à pratiquement 360 degrés depuis les différentes plateformes panoramiques prises d'assaut par les touristes en cette belle après-midi d'août.

UN RÊVE UN PEU FOU

Un écriteau jaune indique que la distillerie est à... 3 minutes de marche! Il suffit en effet de descendre un escalier et de suivre une coursive sur quelques mètres pour apercevoir, derrière une baie vitrée XXL,



Les fondateurs d'Orma ont installé leur distillerie dans la gare d'arrivée du téléphérique du Piz Corvatsch, dans les Grisons, à 3303 mètres d'altitude.



© ORMA/DR

Orma tutoie les sommets

les alambics rutilants où sont patiemment concoctés le whisky et le gin Orma – l'âme en romanche. Karsten Tönjes est le gardien de ce temple des spiritueux qui attire des amateurs venus parfois de loin dans le but de visiter l'installation née de l'imagination des fondateurs, Rinaldo Willy et Pascal Mittner. Durant plusieurs années, les deux amis, qui produisaient déjà du whisky, ont d'abord stocké des barils sur l'une des terrasses afin de le faire vieillir en altitude avant de se décider à réaliser leur rêve un peu fou: construire sur place la plus haute

distillerie du monde. Après une planification minutieuse et des mois de travail pour venir à bout d'un chantier que sa localisation a rendu particulièrement complexe, l'inauguration a eu lieu le 10 octobre 2020, en pleine pandémie.

Le whisky Orma est concocté à partir d'orge malté, acheminé quotidiennement avec le téléphérique, qui est mélangé à de l'eau, puisée à la station intermédiaire et chauffée lors de l'étape de l'empâtage. Durant le brassage, la mixture est encore montée en température afin que les enzymes

commencent à extraire l'amidon contenu dans les céréales de façon à les transformer en sucre puis en alcool grâce à l'action des levures ajoutées au moût lors de la fermentation. Ultime étape, la distillation se fait en deux phases: la première permet d'obtenir un liquide titrant à 20 degrés qui est ensuite distillé de nouveau et dont on ne garde que le cœur de chauffe, titrant à 80 degrés. Celui-ci est alors mélangé à de l'eau déminéralisée de manière à le ramener au degré d'alcool souhaité avant d'être stocké en fût pour le vieillissement. ➔



→ Chaque semaine, entre 600 et 800 litres de whisky sont produits sur place. Tout le procédé est artisanal et suivi de près par Karsten Tönjes, qui passe souvent plusieurs jours d'affilée à la distillerie sans en redescendre.

LE GOÛT DE L'ENGADINE

Si la construction d'une telle infrastructure à plus de 3000 mètres peut sembler saugrenue, selon Ronaldo Willy et Pascal Mittner, le lieu est idéal pour concrétiser leur vision destinée à faire connaître la Suisse comme une nation du whisky. «L'altitude a une influence sur le processus de distillation puisque l'eau bout à une température inférieure d'environ 10°C à celle du niveau de la mer, précise Karsten Tönjes. La part des

«L'altitude a une influence sur le processus de distillation, puisque l'eau bout à une température inférieure d'environ 10°C.»

anges, soit le pourcentage d'alcool qui s'évapore durant le vieillissement, est aussi plus importante. Ces facteurs contribuent à donner au whisky une plus grande complexité.» L'emplacement spectaculaire, qui offre un coup d'œil remarquable sur les

glaciers de la Bernina, mobilise les sens des visiteurs. Cette connexion au paysage et à la nature a toujours été chère aux yeux des amateurs de whisky. Pour Ronaldo Willy et Pascal Mittner, la Suisse et les Grisons en particulier n'ont rien à envier à l'Écosse. Au travers de leur production, les deux associés ont cherché à exprimer le plus fidèlement possible les caractéristiques du terroir local. Leurs cuvées Larix (mélèze) et In Lain (arole), vieilles dans des fûts contenant du bois de ces deux essences, en sont l'incarnation. On y goûte religieusement, le regard perdu entre terre et ciel. Avec son goût unique, le whisky Orma a décidément une âme à part.

ALEXANDER ZELENKA ■

+ D'INFOS www.ormawhisky.ch

LE BOOM DES DISTILLERIES HELVÉTIQUES

Le 12 mai 1999, la Confédération a levé l'interdiction de produire de l'alcool de grain tel que le whisky, le gin et la vodka en Suisse. Avant cela, tout distillat à base de céréales ou de pommes de terre était considéré comme illégal. Entrée en vigueur en 1887 (date à laquelle la Régie fédérale des alcools a été créée), cette mesure était à l'origine destinée à empêcher la consommation abusive de boissons alcoolisées à travers le pays. Dès la fin de l'interdiction, les premières distilleries helvétiques de whisky et de gin ont ouvert leurs portes, leur nombre continuant à croître d'année en année.

Pascal Mittner (à g.)
et Rinaldo Willy
(à dr.), les cofonda-
teurs de la distillerie.





Terre & Nature

LA BOUTIQUE

-10%*
pour les abonnés
Terre & Nature



Au sirop d'érable
Salami du trappeur

Réf. T60315

CHF 9,90* 11.-



Symphonie
**Poivres et
sucre d'érable**

Réf. T60316

CHF 11,70* 13.-



Au sirop d'érable
**Moutarde
à l'ancienne**

Réf. T60321

CHF 8,55* 9,50



Au sirop d'érable
**Whisky
100% pur**

Réf. T60310

CHF 35.-**

MOULIN DE SEVERY



**Coffret
Terroir**

- Huile de noix
- Moutarde gros grain au chasselas
- Purée de tomates séchées à l'ail
- Vinaigre de coing

Réf. T27408

CHF 45.-* 50.-



**Coffret
pour Salades**

- Huile de Colza
- Vinaigre de pomme
- Moutarde gros grains au chasselas

Réf. T27405

CHF 21,60* 24.-



**Coffret
La Vaudoise**

- Huile de colza
- Vinaigre de pomme
- Moutarde gros grains au chasselas
- Moutarde douce à la raisinée

Réf. T37566

CHF 31,50* 35.-



**Coffret
Douceur**

- Huile d'amande
- Vinaigre de coing
- Moutarde douce à la raisinée

Réf. T37567

CHF 32,40* 36.-



500ml
**Liquueur
Framboise**

Réf. T48013

CHF 33.-**



500ml
**Liquueur
Pêche de vigne**

Réf. T48004

CHF 28.-**



500ml
**Liquueur
Grenade juteuse**

Réf. T48009

CHF 28.-**



4x100ml + 2 verres gravés
Pack dégustation

- Bergamote
- Chocolat épicé
- Pêche de vigne
- Citron

Réf. T60084

CHF 41.-**

Bulletin de commande

☐ T60315	Quantité:
☐ T60316	Quantité:
☐ T60321	Quantité:
☐ T60310	Quantité:
☐ T27408	Quantité:
☐ T27405	Quantité:

☐ T37566	Quantité:
☐ T37567	Quantité:
☐ T48013	Quantité:
☐ T48004	Quantité:
☐ T48009	Quantité:
☐ T60084	Quantité:

Mes coordonnées

Prénom/ Nom _____

Rue/ N° _____

NPA/ Ville _____

N° d'abonné _____

Téléphone/ E-mail _____

Date/ Signature _____

Par e-mail marketing@terrenature.ch En ligne www.boutique.terrenature.ch Par courrier Terre & Nature Publications SA, Chemin des Tuilières 3, 1028 Préverenges

CONDITIONS Les frais d'envoi et d'emballage seront facturés en supplément. Traitement de la commande entre 5 à 10 jours. Dans la limite des stocks disponibles. Droit d'échange et de retour 10 jours dès réception. TVA incluse. **Boissons alcoolisées en vente uniquement aux personnes majeures, à consommer avec modération. ☐ Je désire que mes données personnelles ne soient pas utilisées à des fins publicitaires et ne soient pas transmises à des tiers.



TN

ENTLEBUCH, PASTORALE HELVÉTIQUE

C'est une région qui ne ressemble à aucune autre: avec ses douces collines, son agriculture à la fois traditionnelle et pleinement ancrée dans son époque, ses trésors naturels et son pari gagné de la promotion d'un tourisme durable, l'Entlebuch (LU) est un concentré de Suisse.

L'Entlebuch, petit paradis rural préservé

Seule région de Suisse à avoir obtenu le statut de Biosphère de l'Unesco, l'Entlebuch (LU) est un exemple unique en son genre: protection du patrimoine naturel et agriculture traditionnelle se côtoient au profit de tous. Nous vous emmenons à la rencontre de quelques producteurs qui font vivre cette région.

Peu de lieux donnent autant que l'Entlebuch cette impression d'avoir plongé tout entier dans un livre d'images: avec ses douces collines, ses forêts où l'on doit se frayer un chemin entre les myrtiliers, ses fermes de carte postale et son atmosphère paisible, cette vallée lucernoise semble être née de l'imagination d'un illustrateur du siècle dernier. Sur la route principale qui longe la Kleine Emme d'un bourg à l'autre, il y a certes quelques voitures et des motards en quête de courbes pittoresques, mais il y a surtout pléthore de tracteurs, de bétailières et de faucheuses en tout genre, témoignant de la vivacité du secteur agricole dans ce territoire de 390 km².

«Le statut de biosphère draine des visiteurs du monde entier. C'est génial de voir à quel point les gens sont impressionnés par le paysage.»

Un territoire où se côtoient zones naturelles strictement protégées (*lire l'encadré en page 45*), domaines de plaine et petites fermes de montagne. La Schottenhof de Renate et Andreas Wyss, à Lochsittli, entre dans cette seconde catégorie. Après avoir abandonné la production laitière et avoir fait le choix du bio, il y a huit ans, le couple a décidé de replanter des pommes de terre. «J'ai repris l'exploitation en 2000, raconte celui qui préfère qu'on l'appelle Andy. Je

tenais à revenir à une plus grande diversification, à une agriculture telle que la pratiquait mon arrière-grand-père.» Aujourd'hui, près de 80 vaches highland et quelques chèvres pâturent sur le domaine, qui commercialise l'essentiel de sa production de viande en vente directe.

ENTRE CHAMPS ET PISTES DE SKI

Cultiver des patates à une altitude de près de 1400 mètres représente un vrai défi. «On m'a dit que je n'avais aucune chance, se souvient Andy en nous emmenant derrière la ferme, où une grande parcelle est consacrée à ces tubercules. Mais la suite nous a donné raison. Je mise sur une rotation des cultures entre l'herbe, l'épeautre et la pomme de terre. Et j'ai construit une bonne partie des machines que j'utilise, notamment pour semer les tubercules.» Dans le vert éclatant du feuillage, des centaines de fleurs font des taches blanches, rosées ou violettes. «Elles poussent bien, se réjouit l'agriculteur. Il y a une certaine pression des doryphores cette année, mais la récolte sera bonne.»

La première année, la famille Wyss a produit une tonne de patates. Cet automne, elle devrait en sortir de terre cinq fois plus, à partir de cinq variétés: les classiques victoria et erika, mais aussi l'agria, la ditta et la si photogénique bleue de Saint-Gall. La plupart des tubercules seront destinés à des restaurants de la région, notamment celui de Marbachegg, à quelques centaines de mètres au-dessus de la ferme, où ils sont prisés en accompagnement de la raclette. Parce qu'en hiver, la Schottenhof se retrouve au cœur d'un grand domaine skiable, où Andy travaille en tant que conducteur de dameuse.

DE L'ÉPEAUTRE EN CIRCUIT ULTRACOURT

Les nuages se dissipent, laissant apparaître en contrebas la vallée et les prés qui ➔



Agriculteur à Schüpflheim, au cœur de l'Entlebuch, Beat Emmenegger a été l'un des premiers à revenir à la culture de l'épeautre, qui poussait autrefois dans toute la vallée.





«Prunus insititia», ou zyberli, a failli disparaître. Cette petite prune, dont Franz Koch est le principal producteur, se consomme cuite ou distillée.

—» s'étendent à perte de vue. Depuis quelques années, la famille Wyss partage ce panorama exceptionnel avec des visiteurs de passage: ils ont développé une offre agri-touristique qui connaît un franc succès. «Le statut de Biosphère de l'Entlebuch est un bel argument, note Andy. Cela draine des visiteurs du monde entier dans la région. La semaine dernière, un groupe de Japonais est passé à la ferme. C'est génial de voir à quel point les gens sont impressionnés par le paysage. Ça fait du bien, et ça nous rappelle que, même si nous sommes parfois blasés parce que nous avons grandi dans le coin, nous avons une chance folle de vivre ici.»

La cloche de l'église de Schüpfheim sonne trois coups. Un timide rayon de soleil baigne le village situé en plein centre de

«Pour cultiver de la zyberli, on a dû aller chercher des arbres en Forêt-Noire, où quelques pépiniéristes multiplient encore cette variété.»

l'Entlebuch. «Autrefois, tous les paysans du coin avaient une petite parcelle d'épeautre, note Beat Emmenegger en s'approchant de la parcelle où les épis dorés se dressent sous le ciel lourd. Puis cela s'est perdu.» C'est en 2009 que l'agriculteur, qui élève par ailleurs des vaches laitières et des

porcs en plein air, a choisi de semer de nouveau de l'épeautre. Quatorze ans plus tard, il officie comme répondant pour les dix exploitants de la vallée qui l'ont suivi dans cette voie. «On compte environ 13 hectares d'épeautre dans l'Entlebuch», détaille-t-il alors qu'il se penche sur un épi, cueille un grain, le fait délicatement tourner entre ses deux paumes afin de détacher l'enveloppe de la graine, qu'il croque. «Il est presque prêt. On le moissonnera la semaine prochaine.»

La culture de cette céréale ancienne demande de la vigilance, mais relativement peu d'interventions de la part de l'agriculteur. Il a opté pour un semis d'automne, ce qui permet aux plantes de pousser rapidement dès les premiers beaux jours, évitant la concurrence de l'herbe. La moisson



LE LABEL LOCAL CARTONNE

La marque Echt Entlebuch, destinée à mettre en valeur les produits de la Biosphère, a connu un succès fulgurant sitôt lancée: elle est d'abord apparue sur des produits laitiers, puis sur les salaisons, les spécialités de boulangerie, les confitures ou les liqueurs. Aujourd'hui, près de 500 articles portent le label Echt Entlebuch. La liste ne se cantonne plus aux seules denrées alimentaires, mais comporte aussi des produits faits à base de bois de la région, comme des bardeaux ou des meubles.

© CLÉMENT GRANDJEAN

s'effectuera avec une machine spécifique, qui permet de travailler les parcelles parfois escarpées de l'Entlebuch. «Il y a certaines zones que l'on doit même moissonner à la main», note Beat. La paille sera utilisée dans son exploitation. Quant aux précieux grains, ils seront moulus à quelques centaines de mètres à peine. «Vous voyez le silo qui dépasse derrière ce repli de terrain? C'est le moulin.» Difficile de faire plus local! Direction donc les installations de la famille Wicki, qui emploie une dizaine de personnes au sein de ce qui est l'un des plus anciens moulins encore actifs de Suisse. Ici, on stocke l'épeautre et on le moule à la demande. «Cette céréale se travaille un peu différemment du blé, note Guido Wicki. Mais ce n'est pas franchement compliqué. On fournit en farine les

boulangeries de la région, et l'entreprise Fidirulla, qui fabrique des pâtes à Schüpfheim.»

PETITE PRUNE, GRAND SUCCÈS

Dernière étape à la pointe nord-ouest de la Biosphère de l'Entlebuch, pour laquelle nous nous fauflons dans l'une des vallées latérales, nous éloignant des flots paisibles de la Kleine Emme. Le paysage se fait encore plus vallonné et boisé, les villages s'accrochent au flanc des collines que coiffent les clochers des églises. C'est là, du côté de Romoos, que l'on cultive une prune autrefois prisée avant de tomber dans l'oubli. Zyberli, ainsi appelle-t-on ce petit fruit dont la taille rappelle une mirabelle, et dont la robe va du bleu au jaune. Selon la fiche que l'association pour la

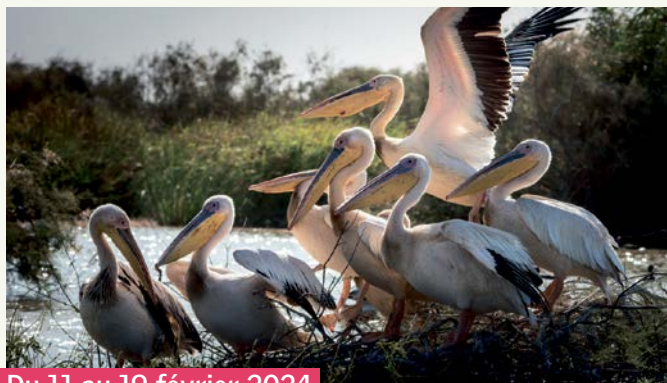
promotion des variétés fruitières anciennes Fructus lui consacre, *Prunus insititia* est une prune sauvage originaire d'Europe centrale et connue depuis 800 ans avant notre ère. Mise à mal par la concurrence de prunes plus productives et plus goûteuses, la zyberli a totalement disparu de l'Entlebuch. C'est grâce à Franz Koch qu'elle y est revenue: «Voilà une vingtaine d'années, une association s'est créée pour favoriser le retour de la zyberli, raconte l'agriculteur, qui élève des vaches allaitantes sur son exploitation d'Unterlpetli, nichée à 860 mètres d'altitude juste en face du village de Romoos. J'ai accepté la proposition de planter quarante arbres sur mon domaine. On a dû aller les chercher en Forêt-Noire, où quelques pépiniéristes multiplient encore cette variété.»

—>

Exclusivité

Terre & Nature

Découvrez les voyages lecteurs 2024



Du 11 au 19 février 2024

Sénégal, une terre de traditions

Ce pays à la culture haute en couleurs dévoile une incroyable diversité : dunes de sable bordées par l'océan, parcs nationaux à la riche faune, villes coloniales aux maisons colorées et ethnies souriantes. Ici, le travail de la terre semble venir d'un autre temps, tout en étant d'une grande ingéniosité. Bienvenue dans la « grande Afrique » avec ses traditions toujours vivantes et son accueil si chaleureux... ici le mot « Téranga » (bienvenue) se lit sur tous les visages !

Dès **CHF 2'345.-** par personne*



Du 16 au 29 avril 2024

Népal, randonnées au pied de l'Himalaya

Qui n'a jamais rêvé de s'approcher au plus près des montagnes himalayennes ? Marcheurs occasionnels ou habitués prendront plaisir à parcourir les sentiers du Népal à l'occasion d'un mini-trekking dans la région des Annapurnas. Vous expérimenterez toute la diversité du Népal en vous rendant ensuite dans la réserve naturelle de Chitwan en découvrant les sites historiques de la vallée de Kathmandou.

Dès **CHF 5'400.-** par personne*



Du 30 avril au 7 mai 2024

Croisière fluviale, le Rhin d'Amsterdam à Bâle

Partez à la découverte de monuments emblématiques et marqués par le passé à travers des villes comme Mayence, Cologne, ou Colmar et son musée Unterlinden. Vous aurez la possibilité de vous promener au musée en plein air d'Arnhem qui dévoile un mode de vie vieux de 100 ans.

Dès **CHF 2'200.-** par personne*



Du 25 au 30 mai 2024

Portugal, de l'Alentejo à l'Algarve

Bienvenue au Portugal, où vous embarquez pour un voyage passionnant à travers ses terres riches en agriculture et en traditions culinaires. Votre voyage débutera à Evora dans l'Alentejo, avant de vous emmener vers le sud jusqu'à Faro, tout en explorant les plantations de liège, les vignobles, les oliveraies et bien plus encore.

Dès **CHF 2'190.-** par personne*

De nouveaux voyages seront disponibles très bientôt :

Maroc, Grèce ou encore une croisière gastronomique au fil du Rhône

Découvrez-en plus sur :

www.terrenature.ch/voyages



**Pré-inscriptions
& informations**

Par e-mail
marketing@terrenature.ch

*prix abonnés en chambre double



Le paysage vallonné de l'Entlebuch est parsemé de belles fermes. Leur nombre et leur activité témoignent de l'importance du secteur agricole dans la région.

© CLÉMENT GRANDJEAN

→ Son chien sur les talons, Franz Koch fait le tour de ses arbres, examinant les fruits encore verts qui se cachent parmi les feuilles. «Il faut être patient, souffle-t-il. La récolte se fait après les premiers gels, dès la fin du mois d'octobre.» Ensuite, pas question de croquer dedans, l'acidité ferait grimacer le plus téméraire des gourmands: la zyberli est une prune de distillation. Franz en fait un schnaps recherché, une de ses collègues réalise une liqueur que les chefs du coin aiment travailler dans leurs desserts, tandis que des sirops et des confitures fleurissent sur les étals des épiceries de l'Entlebuch. Le tout est coordonné et commercialisé par l'association Zyberliland, qui a fait naître un véritable engouement dans la région de Romoos autour de cette mystérieuse culture: sentiers thématiques, places de jeu, livres pour enfants consacrés à la zyberli, ce petit fruit est partout.

L'AGRITOURISME COMME RELIGION

Romoos et sa prune ne sont pas un cas isolé: dans tout l'Entlebuch, l'agritourisme fait figure de religion. L'aura de la Biosphère attirant des visiteurs du monde entier, la vallée n'a pas attendu pour

développer ses arguments en la matière. On pourrait citer la fromagerie de Marbach, avec sa visite guidée interactive et son sentier pédagogique menant jusqu'à une exploitation familiale qui la fournit en lait de bufflonne, mais aussi le fait que chaque ferme ou presque, à une échelle plus modeste, pratique la vente directe, propose une offre de *Bed&Breakfast*, voire un hébergement insolite, parfois en plein champ, avec vue sur les étoiles – elles sont bien visibles, en raison de la faible pollution lumineuse. Plus largement, ces exemples témoignent du dynamisme d'une

région qui a su exploiter sa topographie, profitant pleinement du potentiel de ce concept de Biosphère pour faire coïncider nature, agriculture et tourisme durable. Alors que l'on s'éloigne des arbres de Franz, on débouche au sommet d'une crête d'où le paysage s'ouvre soudain. La silhouette des trois géants des Alpes bernoises, l'Eiger, le Mönch et la Jungfrau, drapés d'un manteau de neige, se dessine sur le bleu du ciel. En contrebas, les collines de l'Entlebuch se succèdent à l'infini, comme dans un livre pour enfants.

ORIANE GRANDJEAN ■

LA BIOSPHÈRE, C'EST QUOI?

C'est en 2001 que l'Entlebuch a accédé au rang de Biosphère de l'Unesco. Ces zones doivent non seulement préserver la biodiversité, mais aussi répondre aux besoins d'une population humaine en expansion: l'objectif est d'y développer une agriculture, une sylviculture et un tourisme durables. Cette démarche est une conséquence directe de l'initiative dite de Rothenthurm, destinée à la préservation des marais, acceptée une dizaine d'années plus tôt: s'il y avait une région où cette décision avait une importance particulière, c'était bien l'Entlebuch, dont le territoire comprend certaines des plus grandes tourbières de Suisse. Plutôt que d'y voir un frein au développement de l'endroit, plusieurs personnalités locales lancent l'idée de devenir une biosphère. Ce changement permet à une région qui avait longtemps vécu de l'extraction de la tourbe de devenir un exemple en matière d'énergie renouvelable. Sur les collines qui entourent le village d'Entlebuch, trois éoliennes tournent à plein régime. La ville a obtenu le label Cité de l'énergie Gold. On y trouve par ailleurs la première fromagerie autosuffisante en énergie du pays.

Un point rouge en forme de trait d'union romand

La fédération Pays romand – Pays gourmand se rebaptise «regio.garantie Romandie». Un signal fort pour un rayonnement national et une stratégie ambitieuse.

regio.
garantie



Sept cantons, sept terroirs, des milliers de saveurs authentiques. Depuis 2005, les produits régionaux valaisans, vaudois, fribourgeois, neuchâtelois, genevois, jurassiens et du Jura bernois sont fédérés sous une même bannière: Pays romand – Pays gourmand (PRPG). La fédération fait aujourd'hui peau neuve et se rebaptise regio.garantie Romandie. «Ce changement de nom est un signal de ralliement national fort et l'ambition de faire du label regio.garantie la référence en matière de produits régionaux partout en Suisse», annoncent les responsables de regio.garantie Romandie.

Cette mue se veut une réponse à l'évolution «des rôles de la fédération, demandant une adaptation de la stratégie». Première étape

de cette vision à plus long terme: construire la notoriété du label regio.garantie auprès des consommatrices et consommateurs. Depuis 2015, cette marque nationale, reconnaissable grâce à son point rouge, permet d'identifier quelque 16 000 produits authentiques suisses.

REDOUBLER D'EFFORTS

Présidente de regio.garantie Romandie, la conseillère nationale fribourgeoise Christine Bulliard-Marbach l'observe: «Le contexte géopolitique et l'inflation ont bousculé notre quotidien et fait oublier les bonnes résolutions de la période Covid. Face à ce retour en arrière, il faut redoubler d'efforts de communication et augmenter les synergies pour convaincre les consommateurs de ne pas délaissé une

alimentation locale.» Pour ce faire, il s'agit notamment de casser les jalons intermédiaires entre le label national, les marques régionales et les consommateurs, à l'image de ce que souhaite l'Association suisse des produits régionaux qui cherche à asseoir son positionnement stratégique, à étoffer le réseau de revendeurs et ainsi augmenter les canaux de distribution pour les denrées certifiées.

Dans son sillage, les sept marques romandes ont décidé de joindre leurs forces. Genève Région – Terre Avenir, Vaud Certifié d'ici, Neuchâtel Vins et Terroir, Valais qualité certifiée, Terroir Fribourg, Jura l'Original et Grand Chasseral se rallient désormais sous le point rouge en forme de trait d'union de regio.garantie Romandie.

+ D'INFOS regiogarantieromandie.ch

Pour les denrées régionales, la fraîcheur, la proximité et la saisonnalité s'avèrent primordiales. Voici une petite sélection qui suit les cours des saisons, afin de vous inspirer parmi les plus de 16 000 produits disponibles dans toute la Suisse sous le label regio.garantie.



PRINTEMPS

L'ASPERGE EST AUSSI FRIBOURGEOISE

Elle est inévitablement associée aux terres limoneuses de la plaine du Rhône. Mais l'asperge n'est pas que valaisanne et se plaît aussi au pied du Vully. Une poignée de producteurs de la région ont tenté le pari. Parmi eux, Christian Hurni, Christian Dick et Matthias Moser cultivent cette plante sur plus de 24 hectares. Il s'agit de bien viser pour ne pas rater la saison, qui bat généralement son plein durant six semaines, entre mai et juin. Mais Terroir Fribourg propose de nombreuses recettes afin de profiter à fond de cette trop courte période, sans s'ennuyer: terrine d'asperges vertes, pâtes de Fribourg aux asperges vertes et pesto fribourgeois, asperges vertes grillées aux tomates...



LA CHENILLE AIME L'AIL DES OURS

À Oron (VD), la Chenille gourmande aime mêler les saveurs de saison. Et parmi ses nombreuses créations, le traiteur assaisonne volontiers d'un soupçon

d'ail des ours ses terrines et sa saucisse à rôtir. L'odorante plante des sous-bois inspire de nombreux artisans vaudois, si l'on en croit l'abondant catalogue de Vaud Certifié d'ici. De la moutarde du Moulin de Sévery en passant par le vinaigre du Domaine Le Pontet à Gingins et le pesto de La Dauphine, à Berolle, «Allium ursinum» se prête à des préparations variées. L'herbacée apparaît aussi souvent sur les étals de fromagers, tant dans les tommes que les pâtes mi-dures, comme le Combi de la fromagerie Hanke, à Combremont-le-Petit.

ÉTÉ

LE MIEL, DU LAC AUX SOMMETS

Avec ses 250 ruches, Christophe Bachmann peut passer pour le pape du miel en terres neuchâteloises. Si le canton compte peu d'apiculteurs professionnels, le catalogue de la marque Neuchâtel Vins et Terroir atteste du fait que la région compte nombre de producteurs tout aussi passionnés, parmi lesquels Sylvie Gafner et ses Miels du Levant. La grande variété de paysages de ce coin de pays, aussi lacustre que montagneux et aussi sauvage qu'urbain, offre également une belle diversité en matière de saveurs: miel de fleurs, de sapin, de feuillus ou de forêt...



DES GLACES FRAÎCHES ET ÉTHIQUES

Ce remède semble tout indiqué, d'autant plus quand les cantons réactivent leur plan canicule. À Fribourg, Local'Ice le concocte pour «offrir le pur bonheur innocent de la texture d'une glace à l'italienne ou les frissons piquants des granités aux gorges assoiffées, asséchées». Mais aussi afin de transmettre des valeurs: l'entreprise recourt exclusivement à des fruits locaux, à du lait équitable et à des produits naturels, refusant l'adjonction de colorants et arômes artificiels. Et il y en a pour tous les goûts: «soft-ice», «sundae», glaces à l'italienne, sorbets et granités.

AUTOMNE

FUMÉE SUR LE CHASSERAL

Grâce à son climat ensoleillé, le Valais a sa viande et ses saucisses séchées. Dans les régions plus humides, on a trouvé d'autres méthodes, tout aussi savoureuses, pour conserver les produits carnés. Comme dans la Broye, les fumaisons ont du succès dans le Jura bernois. Le breusi fait partie intégrante du patrimoine culinaire local: une charcuterie de bœuf salée, brièvement fumée puis séchée à l'air. La région abrite également le temple de l'art de la fumaison, à la Maison du Banneret Wisard, à Grandval (BE). Dans cette bâtisse du XVI^e siècle, on perpétue les gestes ancestraux en apprêtant patiemment lard et saucisses.



L'ESPRIT DE LA COURGE

Si vous êtes superstitieux, l'heure est bientôt venue de sculpter quelques visages effrayants dans des citrouilles pour chasser les esprits à Halloween. Et si vous ne l'êtes pas, l'arrivée des premiers frimas et les jours qui déclinent vous donneront sans aucun doute envie de savourer une onctueuse soupe ou une douce tarte à la courge. Butternut, spaghetti, muscade ou encore potimarron: on a l'embarras du choix, à l'enseigne des produits du Genève Région – Terre Avenir, label qui regroupe au total 350 producteurs du canton.



HIVER

L'EXOTIQUE ET LOCALE DAMASSINE

C'est le trait d'union entre la Syrie et le Jura: selon la légende, ce sont les croisés qui auraient ramené en Suisse le damasson rouge, une petite prune réputée pour son goût. Dans la région de Porrentruy, on a eu tôt fait de distiller ces fruits et ainsi d'offrir au Jura un nouvel ambassadeur chaleureux. Le règlement de l'AOP, décernée en 2007, garantit que cette transformation continue de se faire à l'ancienne: il impose notamment que les fruits soient récoltés à la main, quotidiennement, au pied des arbres. Et ce n'est qu'après l'approbation d'une commission de dégustation que le produit final peut être vendu sous le nom de damassine.



LE RACLETTE, ROI DU VIEUX-PAYS

Le terroir valaisan est extrêmement riche, mais le fromage à raclette en reste incontestablement son souverain. Ou plutôt «ses souverains»: on ne peut qu'être fasciné par l'immense palette de goûts et de textures qu'offrent les produits issus de toutes les vallées du Vieux-Pays. Alors que l'AOP célèbre ses 20 ans cette année, elle a sa capitale et sa fête à Bagnes (prochaine édition les 23 et 24 septembre). Et, depuis cet automne, elle a également son championnat du monde. Celui-ci se tiendra à Morgins, dans le val d'Illeiez, du 27 au 29 octobre. L'occasion pour le fromage roi de prouver qu'il reste indétrônable.



TN

LE GOÛT DE L'ASIE *MADE IN* SWITZERLAND

Bienfaits pour la santé et richesse gustative dans l'assiette, les saveurs d'inspiration asiatique ont la cote. Au point d'encourager certains producteurs du pays à se lancer dans l'aventure. Petit tour d'horizon à la fois exotique et 100% local.

MIREILLE JACCARD ■

L'AIL NOIR DE LA FAMILLE GATABIN

Depuis 2018, la famille Gatabin, à Lussey-Villars (VD), cultive différentes variétés avant de procéder à une fermentation de trente jours dans un lieu au taux d'humidité de 90%. Les vertus de l'ail noir sont multiples et renforcent notamment le système immunitaire. Sa texture est fondante tandis que son goût est proche du vinaigre balsamique ou de la réglisse. Doté de cette cinquième saveur, l'umami, il apporte de la profondeur en bouche et permet des associations gustatives intéressantes notamment dans des potages, sauces ou marinades.

Famille Gatabin, route d'Éclépens 16, 1307 Lussey-Villars,
www.domaineduverger.ch, www.ail-noir-suisse.ch



LES BIENFAITS DU KIMCHI

Dans leur laboratoire à La Croix, Sara Fernandez et David Achard confectionnent artisanalement des produits vegan en accord avec leurs valeurs environnementales et leurs intérêts pour les questions liées à la santé. Le kimchi, mets traditionnel coréen, composé de piments et de chou lactofermenté, est l'une de leurs spécialités. Idéal pour apporter une touche de croquant sur un bol de riz ou un plat de nouilles, il est aussi original de l'employer lors de la confection de pancakes salés. Sur leur site en ligne, vous trouverez également plusieurs variétés de kombucha et de tempeh. Tout leur assortiment est fabriqué avec des ingrédients bios et de saison.

Ragi Food, route de la Claie aux Moines 256, 1090 La Croix,
www.ragi.ch

TOFU VAUDOIS À COINSINS

Aliment sans cholestérol et riche en protéines végétales, le tofu contient également du manganèse et du calcium qui renforcent le système osseux. Depuis 2015, Min Jung Kim, originaire de Corée, fabrique du tofu, mi-ferme tout en restant moelleux, labellisé Bourgeon. Les graines de soja, l'ingrédient principal, proviennent des cultures biologiques de la ferme Jaggi, à Coinsins (VD). Pour apporter quelques variantes, Min Jung Kim décline les saveurs et propose du tofu nature, au poivre ou encore aux graines de courge, mais aussi des rillettes de tofu.

TerraSoja, route de la Verrerie, 1267 Coinsins, www.terrasoja.ch



LES NOUILLES DE SARRASIN BIO

Les nouilles japonaises dites «soba», fabriquées à partir de farine de sarrasin et dont les origines remontent au Moyen Âge, peuvent se consommer froides ou dans un bouillon chaud. Depuis 2017, l'entreprise Manifaktur fabrique artisanalement ces pâtes de blé noir dans les vieux murs d'une ancienne brasserie près de Berne. Contenant 50% de farine de sarrasin et 50% de farine de riz, les nouilles sans gluten sont issues de l'agriculture biologique contrôlée. L'entreprise propose également des crackers au sarrasin ou de la farine de riz.

Manifaktur, Gurtenbrauerei 28,
 3084 Köniz, www.manifaktur.bio





L'OKARA, SOLUTION ANTIGASPI

Pionnier dans la fabrication du tofu bio en Suisse, Swissoja propose depuis quelques années de l'okara. Ingrédient classique de la cuisine japonaise, il s'agit de la pulpe végétale issue du broyage des fèves de soja lors de la confection du lait de soja et du tofu. Faisant office de liant, sa texture est idéale comme substitut de viande, d'œufs et même de farine. D'un point de vue nutritionnel, ce produit s'avère favorable à la santé cardiovasculaire en raison de ses protéines végétales, ses fibres, son calcium et son fer. L'okara de Swissoja est fabriqué artisanalement à base d'ingrédients certifiés Genève Région – Terre Avenir.

Swissoja, route des Acacias 43, 1227 Les Acacias, www.swissoja.ch



LES FEUILLES DE SHISO

Depuis 2015, les pois de shiso, ou pérille de son patronyme français, une plante aromatique originaire du Sud-Est asiatique, séduisent les consommateurs helvétiques. L'horticulteur genevois Bruno Verdonnet propose dans son exploitation familiale deux variétés cultivées en bio: le shiso vert classique au goût anisé et le shiso pourpre, aux parfums plus puissants qui rappellent la menthe et le cumin. Les deux sont idéales pour accompagner du poisson cru, dans une salade, en pesto, en tempura ou comme assaisonnement d'un tofu soyeux.

Bruno Verdonnet, chemin de la Cantonnière 30, 1256 Troinex, www.verdonnet-bouchet.fr

L'HUILE DE SÉSAME DU MOULIN DE SÉVERY

Dans cette dernière huilerie artisanale de Suisse, située au pied du Jura (VD), les artisans perpétuent les techniques traditionnelles de fabrication. Le moulin offre ainsi une large variété d'huiles, notamment celle de sésame, un incontournable dans la cuisine chinoise, coréenne, indienne et japonaise depuis des siècles.

Un trait d'huile apporte une touche parfumée et délicate en fin de cuisson d'une poêlée de légumes, par exemple, mais aussi un apport de vitamine E. De plus, riche en bonnes graisses polyinsaturées et mono-insaturées, elle aide à diminuer naturellement le taux de cholestérol dans l'organisme.

Moulin de Sévery, route du Moulin 10, 1141 Sévery, www.moulindeसेvery.ch



SHIITAKÉ BIO DE GOSSAU

L'absorption de shiitaké, pauvre en calories mais riche en vitamines et minéraux, permet de maintenir une bonne circulation sanguine et possède des propriétés réduisant le cholestérol. En Chine et au Japon, cette variété de champignon très parfumée est considérée comme un élixir de vie. Chez Fine Funghi, la champignonnière fondée en 1988 par Patrick Romanens, la culture du shiitaké est conduite, depuis ses débuts de production, selon les normes de Bio Suisse et porte le label Bourgeon.

Fine Funghi, Tannenbergrasse 17,
8625 Gossau, www.biopilz.ch



UN MISO CONCOCTÉ DANS LES RÈGLES DE L'ART

Obtenue à partir de soja fermenté au koji, la pâte de miso est un produit phare dans l'alimentation japonaise. Contenant un grand nombre de probiotiques, vitamines, acides aminés et antioxydants, le miso renforce le système immunitaire. Chez Swissmiso, une entreprise lancée en 2019 par trois amies japonaises établies au bord du Léman, vous pourrez mettre la main sur du miso frais (non pasteurisé) blanc et rouge fabriqué avec du soja bio de Coinsins par la ferme Jaggi et du sel des Alpes suisses. Ce produit permet la préparation de la soupe miso, mais aussi du misozuke, des pickles de légumes.

Swissmiso, route de Saint-Cergue 39, 1260 Nyon, www.swissmiso.ch

KOMBUCHA ZURICHOIS

Originaire de Mongolie, le kombucha est une boisson naturellement fermentée, réputée bénéfique pour l'organisme par ses acides organiques et ses nutriments.

En 2014, Nycha, une jeune start-up zurichoise créée par trois amis (Patrick Switzer, Christoph et Michael Scheidiger) voit le jour pour la confection de quatre variétés de kombucha artisanal: herbes des Alpes, gingembre, coing ou goût naturel de thé vert darjeeling. Tous les ingrédients employés sont biologiques et issus du commerce équitable.

L'entreprise fait la part belle aux détails en accordant de l'importance à la qualité des produits et à l'équité aussi bien humaine qu'environnementale.

Nycha Kombucha,
Klosterstrasse 40, 5430 Wettingen,
www.nycha.ch



UN ZESTE DE YUZU CULTIVÉ À BOREX

Le yuzu, croisement entre la mandarine sauvage et le citron d'Ichang, originaire de la Chine et du Tibet, fut introduit en Corée et au Japon au VII^e siècle. Niels Rodin plante en 2009 son premier arbre à yuzu dans son jardin à Gland (VD), puis fait mûrir l'idée de quitter son métier dans la finance pour se reconvertir en agrumiculteur. Aujourd'hui, dans son domaine exceptionnel d'un hectare et demi à Borex, il cultive 150 variétés adaptables au climat helvétique, dont le yuzu qui attire les chefs tels qu'Anne-Sophie Pic ou Dominique Gauthier du Chat Botté à Genève. Vous trouverez également sur son site de la liqueur de yuzu.

Niel Rodin, route d'Arnex 9, 1277 Borex, www.nielsrodin.com



L'ART DE BRASSER LE NIHONSHU

En 2016, Christian et Oliver Weibel, deux frères passionnés, fondent YamaSake, la première brasserie suisse d'alcool à base de riz fermenté. Riz, eau de source et «koji-kin», une variété de levure, sont les trois ingrédients fondamentaux requis pour l'assemblage du spiritueux d'origine nippone. «L'eau douce de notre région est idéale pour sa manufacture et apporte un équilibre harmonieux avec le riz Yamada Nishiki importé du Japon. Le spectre aromatique floral et fruité de notre saké Kyōdai, primé en 2022, s'accorde parfaitement avec les fromages locaux à l'heure de l'apéritif», explique le brasseur Oliver Weibel.

YamaSake, Vorderuttenberg 9, 8934 Knonau, www.yamasake.ch

DU TEMPEH DANS LA LAITERIE DE CHAMPVENT

Originaire de Java en Indonésie, le tempeh est conçu à partir de graines de soja fermentées. Caroline et Fred Chautems, mordus de ce produit mais ne trouvant pas d'équivalent en Suisse, décident d'en fabriquer eux-mêmes de façon artisanale et sans pasteurisation. En 2015, ils fondent leur entreprise et proposent également des variantes basées sur d'autres légumineuses telles que des haricots borlotti, des graines de tournesol, du millet ou des pois chiches. Tous les ingrédients sont certifiés bios avec le label Bourgeon, et l'eau provient de sources jurassiennes. À retrouver dans une vingtaine d'épicerie de Suisse romande et sur le magasin en ligne farmy.ch qui livre à domicile.

Le Bon Tempeh, www.tempeh.ch



01.11- 05.11.2023

ESPACE GRUYÈRE | BULLE

DU TERROIR À L'ASSIETTE



DEP-ART.CH



DÉGUSTATIONS
& RENCONTRES

DÉCOUVERTES
& CONVIVIALITÉ

GOUTS-ET-TERROIRS.CH |    goutsetterroirs

INVITÉS D'HONNEUR



SWISS WINE | SANS HÉSITER
DEUTSCHSCHWEIZ

PARTENAIRES



RAIFFEISEN



PARTENAIRES MEDIA

lematin.ch

Terre Nature 125 ans

ANIMATIONS

L'ARENE
GOURMANDE

Biergarten



L'AMUSE-BOUCHE



TN

LA SEMAINE DU GOÛT EN 53 ÉVÉNEMENTS

Du 14 au 24 septembre, la 23^e édition de la Semaine suisse du Goût réserve son lot de surprises. De la dégustation de pommes anciennes à la balade au marché, en passant par l'initiation à la cueillette de champignons ou aux accords mets et bières, découvrez notre sélection d'activités, à faire en solo ou en famille.



FRIBOURG

Balade gourmande en ville de Fribourg

Fribourg, du jeudi 14 au samedi 16, et du mercredi 20 au samedi 23 septembre (9 h – 14 h)

Le tour permet d'explorer les ruelles de la ville tout en profitant de pauses gustatives dans des lieux incontournables.
www.fribourgtourisme.ch

Découvrir le gruyère AOP et tous ses secrets

Pringy-Gruyères, vendredi 15 et du lundi 18 au vendredi 22 septembre (9 h 30 – 12 h)

En compagnie des fromagers, participez à la transformation du lait, découvrez comment leur tour de main et leur expérience donnent au gruyère AOP sa typicité, son individualité et son goût.
www.lamaisondugruyere.ch

Balade culinaire au marché

Fribourg, samedi 16 septembre (10 h – 13 h)

Dégustez les spécialités de la région au travers d'une sortie au marché hebdomadaire de Fribourg. À la fin de la balade, le guide vous emmènera dans un restaurant de la ville où vous serez servis des spécialités de la région.
www.fribourg.ch

Atelier de fabrication de pain au levain

Fribourg, samedi 16 septembre (9 h – 11 h 30)

Une matinée pour apprendre à démarrer, utiliser et conserver un levain, mettre la main à la pâte, déguster et partager un moment convivial.
www.prosana-bio.ch

Visite de la microferme Au Lopin

Siviriez, samedi 16 septembre (9 h – 12 h)

Partez à la découverte des cultures ainsi que des différents processus et outils de gestion, avec des explications, avant un apéritif incluant les produits de la ferme.
www.aulopin.ch

Café éphémère

Fribourg, du lundi 18 au vendredi 22 septembre

Le café éphémère se tiendra durant la semaine pendant les heures d'ouverture

du magasin Atout vrac. L'occasion de découvrir des produits locaux.

www.atoutvrac.com

Atelier whisky et chocolat

Villars-sur-Glâne, mercredi 20 septembre (19 h 30 – 21 h 30)

Laissez-vous surprendre par les accords entre les chocolats Bean to bar de Notes de fève et les whiskies écossais importés par Peter Greinig.

www.notesdefeve.ch

Apéro Micropousses

Fribourg, jeudi 21 septembre (18 h – 19 h 30)

Découvrez les micropousses de «Pousses en l'air». Devinez de quels légumes elles proviennent, une mousse à la main.

www.pousses-en-lair.ch

Atelier alimentation gourmande sans gluten, sans produits laitiers

Fribourg, jeudi 21 septembre (18 h – 20 h)

Cet atelier a pour objectif de vous aider à bien comprendre ce que sont le gluten, le lactose et la caséine, quels aliments en sont riches ou exempts, et repartir avec des recettes faciles et gourmandes.

www.prosana-bio.ch

Visite et dégustation dans une cave bio

Praz, vendredi 22 septembre (18 h – 20 h)

La Cave Guilloff offre la possibilité de venir la découvrir et déguster ses vins.

www.caveguilloff.ch

Atelier terroir

Fribourg, vendredi 22 et samedi 23 septembre (14 h – 15 h 30)

Cet atelier vous dévoile les secrets de fabrication de la cuchaule avant de finir en beauté par une dégustation typiquement fribourgeoise de cuchaule et de moutarde de Bénichon.

www.boulangerie-saudan.ch

Atelier «Faire germer ses grains»

Fribourg, samedi 23 septembre (10 h – 11 h 30)

Un atelier pour tout connaître sur les bienfaits des graines germées, savoir comment les préparer et les consommer.

www.prosana-bio.ch



Un atelier terroir a lieu à Fribourg, le vendredi 22 et le samedi 23 septembre.

Atelier de cuisine d'intégration

Fribourg, samedi 23 septembre (10 h – 13 h)

Faire découvrir des plats d'ici et apprendre à utiliser des produits régionaux.

espacefemmes.org

Journée portes ouvertes à UniFR

Fribourg, samedi 23 septembre

L'Université de Fribourg propose une nouvelle édition de la Journée portes ouvertes Explora, avec une programmation interactive, distrayante et ludique autour de la thématique du goût.

events.unifr.ch/explora/fr/

Bien dans mon assiette, bien dans mon cycle

Fribourg, dimanche 24 septembre (15 h – 17 h)

Un atelier pour accompagner au mieux le cycle menstruel à travers une alimentation adaptée, le tout pour une énergie au top et un éventuel syndrome prémenstruel atténué ou inexistant.

www.prosana-bio.ch

Afterwork culturel et gustatif

Fribourg, jeudis 28 septembre, 12 octobre et 30 novembre (18 h – 20 h 30)

Boire un verre, goûter et partager dans le cadre du Musée d'art et d'histoire, voici le credo de ce rendez-vous qui promet un beau menu culturel et gustatif.

www.fr.ch/mahf

ARGOVIE

Atelier autour de la liqueur

Densbüren, dimanche 17 septembre (12 h 30 – 15 h 30)

Avant d'apprendre le processus de la production de liqueurs, une sélection d'alcools faits maison est disponible à la dégustation, ainsi qu'une visite guidée.
xn--kruterwerk-r5a.ch/

Plus de 200 variétés de pommes

Baden-Münzlishausen, dimanche 24 septembre (10 h – 17 h)

Lors de visites du domaine de la famille Suter, vous pourrez découvrir des centaines d'anciennes variétés de pommes.

www.prospezierara.ch

BERNE

Atelier autour de la saucisse

Münchenbuchsee, jeudi 21 septembre (17 h 30 – 22 h 30)

Suivez la confection d'un saucisson de A à Z avec Pesche Hofer, du restaurant Dentenberg, avant un repas en commun.
www.haerberlis.com

Conférence humoristique avec Philippe Ligron

Saint-Imier, vendredi 29 septembre (20 h 30 – 21 h 45)

L'expression «Bon appétit» est utilisée sans que personne ne sache pourquoi. Philippe Ligron, chef, gastronome et historien de l'alimentation, a un doute.
www.ccl-sti.ch

BÂLE-CAMPAGNE

Randonnée et fondue aux truffes

Gelterkinden, du jeudi 14 au samedi 23 septembre

Un sac à dos contenant un caquelon, un réchaud, un brûleur, du pain, du vin blanc, des fourchettes, des verres et le fromage est mis à disposition.

eventfrog.ch

Atelier avec un sommelier du pain

Münchenstein, lundi 18 et jeudi 21 septembre (16 h – 18 h 30)

Le sommelier de chez Sutter Begg, qui connaît sur le bout des doigts plus de 300 pains suisses, dévoile quelques-uns de ses secrets.

www.sutterbegg.ch

BÂLE-VILLE

Cours de lactofermentation

Bâle, lundi 18 septembre (18 h – 21 h)

L'occasion de comprendre pourquoi ces méthodes sont judicieuses pour la santé, et permettre de conserver les légumes plus longtemps.

www.mimmi-kombucha.ch

Apprendre à faire son levain

Bâle, samedi 21 (16 h – 20 h) et dimanche 22 octobre (13 h – 17 h)

Durant deux journées, il est possible de découvrir les secrets du pain au levain dans le plus vieux fournil de Bâle.

www.baekereikult.ch

GENÈVE

Afterwork saucisses

Genève, jeudi 14 septembre

Dégustation et conférence sur vingt-cinq siècles de saucisses en 25 minutes au Musée d'art et d'histoire.

L'alimentation locale à la portée de tous

Genève, samedi 16 (10 h – 13 h) et vendredi 22 septembre (18 h – 21 h)

Un atelier du champ à l'assiette pour valoriser les légumes racines du terroir ainsi que l'accessibilité alimentaire.

www.ma-terre.ch

GRISONS

Visite de cave à vin et dégustation

Poschiamo, jusqu'au mardi 31 octobre

Plongez dans le monde du vin de la Torre, dans le val Poschiamo.

www.la-torre.ch

Visite guidée d'une fromagerie

San Carlo, jusqu'au mardi 31 octobre

Découvrez le Caseificio Valposchiavo, l'une des premières laiteries de Suisse à fabriquer du fromage 100% bio.

www.caseificio.ch

JURA

Les légumineuses dans tous leurs états!

Saignelégier, vendredi 22 (9 h – 18 h 30) et samedi 23 septembre (9 h – 16 h)

Dégustation de préparations maison à base de légumineuses: «poiscamole», falafels, galettes de pois jaunes, salades et soupe de lentilles.

www.lamarchande.ch

Accompagnez un chef de cuisine

Courtemelon, samedi 23 (11 h – 18 h) et dimanche 24 septembre (9 h – 17 h)

Un chef cuisinier accompagne votre groupe au Marché des terroirs suisses. Ensemble, vous choisissez des produits originaux avant de les déguster.

www.concours-terroir.ch

LUCERNE

Cueillir et traiter les champignons

Schüpfheim, jusqu'au dimanche 24 septembre

Transformez votre récolte de champignons en feuilles, en tubes et en chaumes, en un délicieux menu d'automne et en une conserve maison à emporter chez vous.

www.biosphaere.ch

Cours de lactofermentation

Schüpfheim, vendredi 3 et samedi 4 novembre (10 h – 17 h)

Erika Bieri, paysanne et experte en fermentation, vous initie pas à pas au monde de la fermentation.

www.biosphaere.ch

NEUCHÂTEL

Visite des caves Mauler et dégustation

Môtiers, samedi 16 (14 h – 15 h 30) et samedi 23 septembre (16 h – 17 h 30)

Une visite entre découvertes historiques, œnologiques et gustatives sur l'histoire du Prieuré et de la tradition Mauler.

www.mauler.ch/fr/caveau.php

Saveurs du monde et ses épices équitables

Neuchâtel, samedi 23 septembre (10 h – 16 h)

L'association Saveurs du Monde vous donne rendez-vous au Magasin du Monde de Neuchâtel pour découvrir son projet et ses épices équitables. Des épices qui donnent envie de cuisiner.

www.mdm.ch

SAINT-GALL

Balade culinaire dans la ville de Saint-Gall

Saint-Gall, du jeudi 14 au dimanche 24 septembre (17 h – 22 h)

Au programme, un plat dans trois restaurants de Saint-Gall et une promenade avec de beaux points de vue sur la ville et le lac de Constance.

st.gallen-bodensee.ch



Plusieurs cours de lactofermentation sont proposés.



BONS PLANS

Faire des glaces pour les enfants

Walenstadt, mercredi 20 septembre (15 h – 16 h30)
Confectionner soi-même des glaces avec et pour les enfants au Café Varga.
www.cafevarga.ch

SOLEURE

Savourer les délices du PurEpeautre

Seizach, vendredi 22 septembre (17 h – 21 h)
Un cours consacré à l'épeautre qui sera suivi d'une délicieuse «tavolata».
www.nutrikreativum.ch

THURGOVIE

Un parfum de pommes et de poires dans l'air

Frasnacht, samedi 16 septembre (13 h – 18 h)
Lors de la journée portes ouvertes «Des boissons au cidre», vous pourrez découvrir et déguster des breuvages à base de fruits à pépins très tendance.
www.mostgalerie.ch

Brunch au restaurant Schuel Au

Fischingen, dimanche 17 septembre (9 h – 12 h)
Pendant que les parents brunchent tranquillement, Huguette Schwager du Wittershuser Märlihof raconte une histoire passionnante aux enfants.
www.schuel-au.ch/veranstaltungen.html

TESSIN

Participer aux vendanges

Cabboio, du lundi 18 au mardi 19 et du jeudi 21 au vendredi 22 septembre (8 h 30 – 15 h 30)
Vivez l'émotion de participer aux vendanges dans un vignoble tessinois avec dégustation de vins et de fromages du Valle di Muggio et visite guidée de la cave.
www.cantinacavallini.ch

Réunion de nettoyage des semences de variétés rares

San Pietro, samedi 23 septembre (14 h – 17 h)
Rencontre au centre ProSpecieRara pour découvrir le travail de conservation

ou pour en savoir plus sur la production de semences; celle-ci consiste à récolter et nettoyer les graines avant de les stocker pour les semer l'année suivante.
www.prospecierara.ch

VALAIS

Randonnée nature et repas terroir

Vichères (Liddes), vendredi 15 septembre (9 h 45 – 16 h 30)
Départ à pied du hameau de Vichères, montée au Chapelet puis chemin du bisse jusqu'au gîte de la Tissette où un repas dégustation de produits de terroir vous est proposé avant une présentation de l'alpage par le berger.

Autour des Plantes

Sarreyer, jeudi 21 septembre (10 h 15 – 18 h 30)
Découvrir les plantes de nos montagnes avec Isabelle Gabioud ou l'art de la distillation avec Matthieu Frécon, déguster un repas sur le thème des légumes racines, fabriquer son huile de soin à base de plantes avec Aurélie Ecoffey et préparer un sorbet aux plantes avec le chocolatier confiseur Raphaël Thoos.
www.sarreyer-decouvertes.ch

Les trésors cachés de Fully

Martigny, vendredi 22 septembre (9 h 45 – 16 h)
Découvrez les secrets de Fully! Venez visiter une ferme unique en Suisse de production de spiruline valaisanne et dégustez cette dernière. Partez ensuite à la rencontre de vignerons labellisés Slow Wine.
www.slowfood-travel.ch

Disco Soupe

Monthey, samedi 23 septembre (10 h – 22 h)
Les Disco Soupes sont des sessions collectives et ouvertes de cuisine de fruits et légumes rebuts ou invendus dans une ambiance musicale et festive. Les soupes, salades, jus de fruits ou smoothies ainsi confectionnés sont ensuite redistribués à tous gratuitement ou à prix libre.
www.manon.maison



Que cuisiner avec son panier livré?
Réponse à Lausanne.

© ADOBE STOCK

VAUD

Fête des abeilles

Cheseaux-Noréaz, mercredi 20 septembre (13 h 30 – 14 h 30 et 14 h 30 – 15 h 30)
Visite guidée du rucher et atelier d'abris à insectes en compagnie de l'apicultrice du domaine.
www.pronatura-champ-pittet.ch/fr/fete-des-abeilles

Que cuisiner avec son panier livré?

Lausanne, mercredi 20 septembre (18 h – 21 h)
Vous êtes abonné à un panier gourmand et vous le recevez le mercredi? Venez avec vos ingrédients, nous apprendrons de délicieuses recettes.
www.beaubonbien.ch

Atelier brassicole et accord bière-apéro

Puidoux, jeudi 21 septembre (18 h 30 – 20 h 30)
Durant cet atelier, vous apprendrez à goûter une bière comme un professionnel (avec un sommelier de la bière accrédité) et découvrirez les secrets d'une dégustation et d'un apéro réussis.
www.docteurgabs.ch

Visite de la microferme de la Vuachère

Monnaz, samedi 23 septembre (14 h – 16 h)
Cette visite guidée vous fera découvrir une grande diversité de cultures au sein de la microferme Les jardins de la Vuachère.

Accords bières et fromages

Leysin, samedi 23 septembre (17 h 30 – 18 h 30)
À l'épicerie La Guintsette, participez à une dégustation surprenante autour des fromages de brebis d'Yves Barroud des Ateliers en Crettaz à Leysin et des bières de la Brasserie du Vagabond.
www.laguintsette.com

ZURICH

Journée de l'agriculture urbaine

Zurich, samedi 16 septembre (8 h – 18 h)
On trouve sur le territoire de la ville de Zurich d'innombrables exemples de projets agricoles et de jardins innovants et durables. Lors de l'Urban Farming Day, découvrez quelques-unes de ces initiatives.
www.foodzurich.com

Cours de charcuterie

Illnau, samedi 16 septembre (18 h – 22 h)
Déguster et savourer des saucisses en toute convivialité. Quatre heures de plaisir, y compris l'apéritif, le dîner et environ 1,5 kg de vos propres créations de saucisses à la boucherie Buffoni.

Visites de fermes

Bülach, dimanche 17 septembre
Neuf fermes du district de Bülach ouvrent leurs portes à la population. Les familles paysannes se réjouissent de votre visite et vous gâteront avec des délices régionaux.
www.vopuurzupuur.ch

Suivez le **point rouge** et apprenez-en plus sur le label **regio.garantie**.

regio.
garantie

ROMANDIE

Suisse. Naturellement

regio.
garantie

regio.garantie est le label national qui permet au consommateur de reconnaître les produits du terroir contrôlés, certifiés et élaborés avec soin par des artisans régionaux, favorisant les circuits courts et dynamisant l'emploi dans la région concernée.

Plus de 2'800 producteurs en Suisse, 16'000 produits régionaux et 30 marques régionales en 2023!

Dans toute la Suisse, des organes de certification indépendants vérifient de manière uniforme le respect des lignes directrices et veillent à leur stricte application.

Les produits regio.garantie sont disponibles partout en Suisse. Les marques des produits du terroir des six cantons romands et du Jura bernois sont rassemblées sous la bannière du label regio.garantie Romandie.

La saisonnalité des produits est respectée, et les produits sont consommés proche de leur lieu de production ce qui permet de lutter contre le gaspillage alimentaire et favorise une gamme diversifiée de produits de qualité.

Fraîcheur, Proximité, Saisonnalité

Grâce au point rouge, il est possible de découvrir de nouveaux produits régionaux authentiques et de repérer en un coup d'œil la provenance de ces articles.

regio.garantie, le point rouge des produits régionaux authentiques partout en Suisse.

Plus d'informations sur
www.regiogarantieromandie.ch



Suisse. Naturellement.

OCTANE

TROP LÉGÈRE, LA DÔLE ?

A déguster avec modération



GRAVÉ DANS MON CŒUR.



SWISS WINE | SANS HÉSITER
VALAIS

DÔLE DU VALAIS
#OSELADOLE

