

Confrérie féminine gastronomique,
bachique et artistique

N° 28
septembre 2024

GAZETTE GOURMETTES



100 convives, un sacré défi

Monthey n'a pas eu peur. Pour la première fois, la section de Monthey s'est lancée dans la préparation d'un repas pour 100 personnes.

pages 16-17

CHATpeau !

Mise à l'épreuve dans la section du Vully avec un seul thème de repas pour toute l'année : LE CHAT. L'imagination travaille chez les Gourmettes.

page 24-25

Les « Gour'mens » à la cuisine

A Yverdon, elles l'ont fait. Pieds sous la table et les maris... aux fourneaux !

page 27

**De nous
à vous.**

Eh bien la voilà... notre Gazette est bien vivante. Cette dernière année fut mouvementée et riche en réflexions. Une année salubre où le rôle de notre Gazette fut discuté maintes fois, mis et remis sur le tapis. Plusieurs d'entre nous ont saisi cette occasion de s'exprimer et je dois dire que l'intérêt pour une version imprimée sur papier est, aujourd'hui encore, bien présent. Il était important de nous remettre en question. Ces réflexions nous ont fait évoluer.

La Gazette, c'est une fenêtre sur l'ensemble de notre Association et cette fois encore, nous voyons que les sections sont pleines de dynamisme. Les thèmes de repas sont créatifs et originaux, plusieurs sections ont effectué d'incroyables voyages, d'autres étaient présentes dans des événements locaux, une belle façon d'exister et de se faire connaître.

Nous n'en dirons pas plus et vous laissons découvrir la vie des Gourmettes dans les pages qui suivent.

En vous souhaitant beaucoup de plaisir et une bonne lecture.

Nicole Monnier

Badge Gourmettes

Tout le monde n'a pas son badge parmi vous ? C'est très utile lors de nos rencontres entre sections :) Une entreprise située au bord du beau lac de Morat le produit pour notre Association.

En voici l'adresse : **gravo-pouly.ch**

IMPRESSUM

Editeurs // Association des Gourmettes - 1000 Lausanne - gourmettes.ch

Rédaction // Nicole Monnier, 079 416 17 48 // **Ont collaboré à ce numéro** // Membres de l'Association des Gourmettes

Conception graphique et mise en page // NectarDesign, nectardesign.ch // **Impression** // CDS imprimerie SA, Villeneuve

Photos de couverture // Banque de données Freepik

Tirage // 350 ex.

BILLET DE LA PRÉSIDENTE



Notre Gazette, c'est toujours un immense plaisir de la découvrir, de la feuilleter, de la commenter, puis de voir tout ce qui s'est fait durant cette dernière année.

Quel magnifique résumé de notre vie de Confrérie ! Et pour le Conseil, l'événement le plus marquant est notre concours de cuisine gastronomique en plein air à Sauvabelin, le 26 août 2023.



Cette première fois a atteint tous ses objectifs grâce à vous toutes, à votre enthousiasme, votre savoir-faire, votre plaisir à le faire, votre esprit d'équipe et votre créativité. Dans ma vie de Présidente, ce fut un moment de pur bonheur ! Cet état d'esprit, c'est l'ADN Gourmettes, c'est notre force, c'est notre lien. A vous toutes, bonne lecture et que vivent les Gourmettes... encore très longtemps !

Françoise Vautier
Présidente



COUP DE CŒUR DU CONSEIL

Le restaurant « le Balthasar » à Gland est une adresse que nous vous recommandons chaleureusement. L'accueil y est si spontané, qu'on s'y sent tout de suite très à l'aise. La cuisine goûteuse et variée est pleine de jolies surprises et l'entrecôte beurre Balthasar, spécialité de la maison est à tomber.

Le patron, qui fut membre du Jury à notre concours de Sauvabelin, adore les Gourmettes, donc n'hésitez pas à vous présenter !

Balthasar Restaurant & Grill
Rue Mauverney 25, 1196 Gland
balthasar-grill.ch



Réunion des Présidentes 2024

La réunion des Présidentes s'est tenue le 6 mars 2024 à Echallens, dans les locaux de la banque Raiffeisen. Cet endroit moderne et historique a été choisi pour son cadre exceptionnel, suite à la récente transformation du bâtiment.

Orateur invité :

Nous avons eu l'honneur de recevoir Monsieur Eric Loup, gouverneur de la confrérie du Guillon. Bien connu pour son engagement dans la région, ses talents oratoires ont captivé l'auditoire. Il a partagé avec enthousiasme le fonctionnement et l'esprit du Guillon, ajoutant une touche d'humour et de convivialité à notre rencontre.

Un concours d'apéritifs a été organisé pour agrémenter la réunion. Chaque participante des Gourmettes de notre section devait apporter un plat salé et un plat sucré, en gardant le secret sur leur préparation. La Présidente était la seule à en connaître un peu plus sur les contributions. Après une dégustation anonyme, cinq plats salés et trois plats sucrés ont été sélectionnés, offrant des moments de partage, d'originalité, de rigolade et de sérieux.

Les décorations, préparées par les membres de notre groupe, étaient simples

mais efficaces, ajoutant à l'ambiance chaleureuse de l'événement.

Le déroulement de la journée fut exceptionnel, marqué par une forte collaboration et un esprit d'équipe remarquable au sein de notre section de Gros-de-Vaud. Les discussions menées par la Présidente de notre Association furent constructives et riches en échanges fructueux. La présence de Monsieur Eric Loup, avec son double rôle de gouverneur du Guillon et de Président sortant de la banque Raiffeisen, a enrichi les débats.

Nous ressentons une grande fierté et un immense plaisir d'avoir mené à bien cette réunion. Malgré la fatigue due à l'intensité de ces deux jours, la satisfaction d'avoir accompli notre mission et de voir chaque participante se sentir bien est inestimable.



Cette expérience a renforcé notre cohésion et notre motivation à relever de nouveaux défis ensemble.

Nous espérons que cette réunion restera gravée dans les mémoires pour sa gaieté, son humour et son esprit de camaraderie. Nous remercions chaleureusement toutes les participantes et particulièrement Monsieur Eric Loup pour sa précieuse contribution.

Marie-Reine Duruz
Présidente section Gros-de-Vaud



Nous a quittées

Membre fondatrice de la section Yverdon avec Françoise Roux et Andrée Thoeni, Marie-Rose Malcarne est décédée le 24 novembre 2023.

Pour nous, elle était la mémoire vivante de la section. Toujours positive, elle avait un esprit modérateur et essayait de résoudre les problèmes avant qu'ils n'arrivent. Atteinte dans sa santé, elle a d'abord demandé un congé et, lorsqu'elle n'était pas trop fatiguée, aimait assister à nos repas pour notre plus grande joie.

Quand la maladie l'a définitivement empêchée de suivre notre activité, elle a été accueillie comme membre Amie de l'Association. Elle aimait alors recevoir les photos de nos repas.

Marie-Rose a été un véritable exemple pour nous. Nous garderons précieusement les recettes de pâtes italiennes qui lui étaient propres et qu'elle nous a apprises.

MERCI Marie-Rose.

Jacqueline Gentizon



Marie-Rose Malcarne
1955-2023

Concours de cuisine gastronomique en plein air

Grande première pour les Gourmettes... 11 sections se sont annoncées partantes pour cette aventure culinaire inédite.

C'est vrai qu'il faut un certain courage pour affronter un panier mystérieux, un gril à charbon de bois capricieux, un chronomètre rigoureux, une équipe volubile et pleine d'idées, des propositions tout azimut et j'en passe, avec une météo très pluvieuse et très venteuse...

Qu'à cela ne tienne. Dès potron-minet, une ruche bourdonnante investit la cantine. On installe son camp, on déménage sa cuisine. A 8h30, chaque équipe découvre le contenu du panier et son heure de passage. Chaque section discute du menu et du mode de faire, puis fait sa liste pour le petit marché.

A partir de là, la fumée envahit la cantine et imprègne en profondeur chacun et chacune de cette odeur pour la journée... et même plus !

L'effervescence se calme pour laisser place à la concentration, à la répartition des tâches, et à l'efficacité.

Notre jury profite de prendre la température dans les stands et de discuter avec les différents groupes, ce qu'ils font, comment ils le font, ce qui leur pose problème.

Dès 11h45, à une cadence de 10 min, les assiettes se succèdent devant le jury.

Que de jolies compositions, que de créativité ! Elles sont toutes plus belles les unes que les autres. Et il va falloir les départager, mission quasi impossible !

Tous sont abasourdis de voir ce qui s'est fait sur un simple gril à charbon de bois. Ça tient presque du miracle. Epoustouffant ! Grandiose !

Une pause pour déguster le hamburger feu de bois de Michaël Cretegy & Co après avoir fait la vaisselle et les rangements.

Une fois les résultats proclamés, avec de grands sourires et quelques grimaces (c'est la triste réalité d'un concours), nous avons pu trinquer toutes ensemble autour d'un apéro convivial.

Le Conseil réitère ses remerciements aux sections participantes. Ce concours fut un énorme succès grâce à leur enthousiasme, leur disponibilité, leur sens de la perfection et surtout leur amitié.

A refaire avant pas trop longtemps !

*Françoise Vautier,
une Présidente heureuse !*



Assemblée Générale 2024



Pour marquer le 30^{ème} anniversaire de sa création, le 25 avril 1994, la section du Chablais a préparé l'assemblée générale de cette année dans la Grande salle de Bex, le 15 mai 2024

Et à nouveau, comme pour l'assemblée générale organisée en 2013, cette dynamique section a décidé et réussi de main de maître l'organisation et le repas.

La journée un peu pluvieuse a commencé par un accueil chaleureux avec café et un délicieux croissant du boulanger Dubois de Leysin. Puis, après le message de bienvenue de la Présidente du Chablais Séverine Mermod, l'assemblée a débuté sous la houlette de notre Présidente Françoise Vautier. Après les 13 points à l'ordre du jour, 4 nouvelles Gourmettes ont été intronisées, bu à la coupe et reçu une rose, puis 7 Gourmettes ont été nommées membres émérites.

Le Syndic de Bex a présenté sa grande commune, en superficie la 3^{ème} du Canton de Vaud, suivi de Mme Virginie Jobé-Truffer qui a présenté son livre « Les aventures du repas perdu ».

Les Gourmettes ont pu admirer la décoration toute en finesse des tables faites d'arrangements floraux à l'intérieur de bouteilles en verre transparent. Nous avons dégusté un beau repas en trilogies de l'entrée au dessert, soit de la truite, du veau et de la rhubarbe, le tout accompagné des vins de la région. Bravo les Gourmettes, vous nous avez régallées.

Pour terminer cette journée, Séverine Mermod a encore remercié sa brigade de Gourmettes qui a œuvré avec l'aide des enfants, parents et amis de la section du Chablais, sans oublier toutes les Gourmettes qui ont répondu à leur invitation.

Liliane Piguet





Nouvelles Intronisées en 2024



Chères Présidente et membres du Conseil, Chères amies Gourmettes,

Les Gourmettes de la section du Chablais sont très heureuses de vous accueillir ici à Bex, berceau de notre section pour cette journée placée sous les signes de l'amitié, la gourmandise et la fête.

Maintenant, si je vous dis 2024, 1993, 30, 1994, 93... à quoi cela vous fait penser ? Une belle salade de nombres entiers mais pas grand-chose d'autre ...

Pour la section du Chablais tous ces nombres ont une signification importante. Je vous propose donc le menu suivant :

- En entrée, je vous servirai 1993, date de la création de la section du Chablais par Mme Janine Chappuis.
- En plat principal, 1994, intronisation de la section avec comme marraine la section de Lausanne
- En dessert, 30, comme les 30 ans de la section du Chablais que nous avons décidé de fêter avec vous aujourd'hui.

Et comme mignardise, 93, soit l'année de création de notre section et le prix qui vous a été demandé pour cette journée à Bex.

La mise sur pied de cette assemblée générale des Gourmettes est un honneur et aussi défi que j'espère, nous aurons réussi à relever avec brio. Dans tous les cas, je crois que la motivation n'a pas manqué parmi les Gourmettes du Chablais et je vous en remercie par avance.

Je laisse maintenant la place à notre Présidente, Françoise, pour le déroulement de l'assemblée et vous souhaite une agréable matinée à toutes.

Séverine Brunner
Présidente de la Section du Chablais



Cette année, nous avons eu le plaisir d'introniser quatre nouvelles Gourmettes dans notre Association. Deux d'entre elles nous ont été présentées par notre section tessinoise de Lugano. Benvenuti !

Section Bienne : Nadège Brugmann
« La gourmandise, c'est de faire bon, de laisser un très bon souvenir et de donner envie d'y revenir »

Jean-François Piège

Section Yverdon : Valérie Jaggi Wepf
« Classique ou moderne, il n'y a qu'une seule cuisine... la bonne ! »

Paul Bocuse

Section Lugano : Emmanuelle Ceraudo
« Cuisiner, c'est l'art le plus complet : il engage nos cinq sens plus un... le besoin de donner le meilleur de nous-même »

Paul Coehlo

Section Lugano : Gisella Farina Botti
« Un repas est insipide, s'il n'est pas assaisonné d'un brin de folie »

Erasme

Membres Émérites en 2024



L'Assemblée Générale 2024 nous a donné l'occasion de fêter sept nouvelles membres émérites. Félicitations à toutes les sept.

- Section Chablais : Marie-France Derkenne, Sylviane Genetti et Catherine Gnaegi. (photo)
- Section La Côte : Anne Besson et Nadine Bezençon
- Section Monthey : Marylou Ney
- Section Yverdon : Jacqueline Dovat

2024 *La vie des sections*



LA MOUTARDE NE NOUS EST DÉFINITIVEMENT PAS MONTÉE AU NEZ !



Au matin du lundi 18 septembre 2023, neuf Gourmettes de la section biennoise pleines de bonne humeur sont parties en train à la découverte de Dijon. Arrivées sur place, nous avons fait la connaissance de notre incroyable guide Marie-Christine Arlaud, qui au cours des trois jours suivants, a su nous révéler les trésors que renferment Dijon et la Bourgogne, patrimoine mondial de l'UNESCO.

Notre première découverte fut le centre historique de Dijon et l'influence du monde viticole passé et présent. La place de la Libération, les gargouilles de l'Église de Notre-Dame, le parcours de la Chouette, les étroites ruelles médiévales ; nous sommes immédiatement tombées sous le charme de cette ville dont les bâtiments historiques ont été magnifiquement restaurés au fil des dernières années.

Notre après-midi s'est terminée, comme il se doit, par une dégustation de vins de Bourgogne dans un caveau avant de nous rendre dans notre premier restaurant « Le Parapluie ». Un lieu gastronomique dirigé par une jeune équipe en cuisine dont les assiettes ont, non seulement ravi nos papilles gustatives, mais également nos yeux.

Le lendemain matin, nous nous sommes rendues aux Halles de Dijon pour profiter de leur effervescence et découvrir, ainsi que goûter aux spécialités de la région avant de nous replonger l'après-midi dans l'histoire des ducs Valois de Bourgogne en visitant

notamment le Palais des Ducs. Dans ce grand esprit des ducs, nous avons dîné au restaurant « L'Oiseau des Ducs », doté d'une étoile Michelin. Goûts et présentation de haut vol pour une soirée inoubliable qui s'est déroulée pour nous toutes, dans un salon privé.



Mais que serait Dijon sans sa célèbre moutarde ? Notre troisième journée, sous le thème « Saveurs et piquant », nous a conduites sur les traces de celle-ci et notamment dans la célèbre Moutarderie d'Edmond Fallot. Moutarde au cassis, au poivre vert, en grains, à l'estragon... Nous avons toutefois toutes jeté notre dévolu sur la moutarde au miel et au vinaigre balsamique dont nous avons dévalisé le stock ! En visitant le côté plus moderne de Dijon, nous avons fait halte pour goûter aux nonettes, une spécialité sous forme de pain d'épices, qui se décline en version sucrée aux goûts entre autres de la framboise, du chocolat ou encore de l'abricot. Le soir, c'est « Chez Léon » que nous avons découvert les plaisirs gourmands d'une véritable cuisine de bistrot locale tels que les fameux œufs en meurette.

Après une matinée libre le jeudi, durant laquelle nous avons eu l'occasion de nous rendre dans les magasins que nous avons repérés au cours de notre séjour afin de faire quelques dernières emplettes, nous sommes rentrées sur Bienne, le ventre bien plein et le cœur remplis de magnifiques souvenirs. Un grand merci à nos co-présidentes, Ursula Girardin et Myriam Flückiger, pour l'organisation de ce voyage exceptionnel qui nous a permis de resserrer nos liens et notre amour pour la cuisine. Dijon, nous y reviendrons !

Prisca Freivogel-Siegel



NOTRE COUP DE CŒUR

Des trois merveilleux souvenirs gustatifs de notre escapade à Dijon, l'un d'entre-eux se distingue sans hésiter : Le Parapluie !

Cuisine fusion, cuisine moderne, une équipe de jeunes. Un restaurant modeste d'apparence mais dont la cuisine est superbe et succulente. A ne pas manquer.

Restaurant Parapluie

74, rue Monge
21000 Dijon
parapluie-dijon.com



UN STAND GOURMETTES POUR LES CAVES OUVERTES

C'est par un magnifique week-end de l'Ascension que les Gourmettes du Chablais ont posé leur oriflamme aux caves ouvertes vaudoises, avec l'idée de partager leurs passions : les vins et la cuisine.

Situé sur la pittoresque place du Cloître d'Aigle, notre stand proposait de régaler les passants. Ainsi pour accompagner les crus, nous proposons pour les petites faims des tartines aux légumes grillés ou au tartare de saucisson vaudois. Pour les

gourmandes et gourmands au choco-noisettes ou encore pâte de spéculos. Par ailleurs, pour profiter encore plus de toutes les dégustations, nous suggérons un risotto au pesto d'ortie, car manger c'est pas tricher. Nous avons passé deux jours sous le signe de la convivialité et de l'amitié, accompagnées d'un magnifique soleil de mai. C'est pourquoi le comité des Gourmettes du Chablais aimerait



remercier, ici, toute son équipe de nanas sans qui nos projets parfois extravagants ne pourraient se réaliser.

Stéphanie Luneau



À LA RENCONTRE DU CHEF FRANCO-SUISSE CHRISITAN PILLOUD



A quelques 50 kilomètres de Delémont, nous nous sommes rendues à Chamosson, en France voisine, au restaurant Mon Plaisir, à la rencontre du chef franco-suisse Christian Pilloud qui est secondé en salle par son épouse. L'établissement qui est connu et reconnu loin à la ronde, est noté 14/20 au Gault et Millau. Il est fréquenté par de nombreux Jurassiens.

Inspiré d'expériences multiples et de périples à travers le monde, Christian Pilloud oeuvre avec exigence, rigueur

et créativité en étant toujours attentif à l'évolution des tendances. Il apporte sans cesse une touche de modernité dans les associations culinaires comme dans le dressage.

Très attaché à la notion de transmission, le chef propose à des groupes de revêtir le tablier et de passer dans les coulisses de son univers pour participer à des cours de cuisine, riches en astuces et en émotions gustatives.



Aventurières de la découverte, amatrices de la curiosité et de la nouveauté, nous avons saisi l'occasion et nous nous sommes rendues en mai à Mon Plaisir pour participer à un cours de cuisine orchestré par le maître queux Christian Pilloud et son assistant Monsieur Sam.



Dans une ambiance décontractée, propice aux échanges, le chef a partagé avec générosité une partie de ses techniques, de son savoir-faire et la compréhension des produits avec nous.

Alliant créativité et convivialité, nous avons concocté ce menu de saison, très riche en saveurs sous les ordres de Christian Pilloud :

- **Quenelle de maigre de Corse sauce homardine**
- **Bisque de homard**
- **Lapin en paquets à la brignolaise accompagné de panisse**
- **Gâteau à la mousse de fraise, crème de citron vert**



qui fut dégusté dans la bonne humeur. Ce voyage culinaire et la soirée d'exception ont créé en nous des souvenirs mémorables.

Elsa Fonzo

SECTION *Fribourg*

NOTRE ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

Quelle soirée inoubliable partagée avec les Gourmettes dans un restaurant au charme absolu !

Le restaurant Gerber Wyss à Yverdon-les-Bains nous a accueillies pour un repas découverte où les herbes étaient la signature de chaque dégustation, jusqu'à la petite mignardise qui sort de son écrin tel un bijou précieux. Nous avons vécu une soirée tout simplement merveilleuse et idyllique.

Cette sortie marquait notre assemblée générale de la section, et c'était la première fois que nous quittions notre canton en semaine pour découvrir une nouvelle table. C'était également l'occasion d'échanger

nos cadeaux du Père Noël secret, qui cette année, s'est transformée en une célébration de l'Épiphanie, à l'instar des traditions orthodoxes.

Tania Grandgirard





UN ATELIER DE CUISINE AVEC BRIGITTE

Le mercredi 17 avril 2024 nous avons passé une merveilleuse soirée et surtout un splendide moment de partage.

À l'unanimité, nous avons été époustouffées par le repas que notre hôtesse Brigitte nous a préparé, avec bien sûr toutes les explications qui vont avec. Ce fut une soirée idyllique que nous rêvons de renouveler à coup sûr.

Brigitte est la gérante d'un atelier qu'elle avait à Bulle, appelé « La Brigadine ». Nous avons toutes eu l'occasion de participer à plusieurs de ses ateliers, et nous avons choisi de la faire venir dans notre cuisine des Gourmettes pour qu'elle nous fasse un atelier privé « rien que pour nous ».

Tania Grandgirard

SECTION *Gros-de-Vaud*

QUELLE BELLE ÉQUIPE DU GROS-DE-VAUD NOUS SOMMES !

Comme chaque année, nous nous retrouvons le mardi une fois par mois pour cuisiner et découvrir des recettes d'ici et d'ailleurs. Ce qui nous a permis de voyager entre autres en Guadeloupe, en Thaïlande, pour le chocolat en Équateur.

Nous avons rempli plusieurs objectifs cette année : Réaliser un lapin en chocolat, faire le marché à Divonne accompagné d'un repas au Bois Joly à Crozet, un week-end aventureux à Tourmagne avec nos gais lurons.

Cerise sur le gâteau, une partie de notre équipe a participé au concours Master Chef à Sauvabelin. Nous sommes fières de nos amies qui ont remporté la 1^{ère} place de ce concours gastronomique.



Nous avons eu beaucoup de plaisir à organiser la rencontre de nos Présidentes à Echallens et nous vous laissons 2 recettes qui ont eu beaucoup de succès.

Aude Porchet et Nicole Galiano

Tartines Cenovis - carottes

Ingrédients pour 40 bouchées

- 5 tranches de pain toast sans croûte, par exemple Crust Less (Migros)
- Beurre
- Cenovis
- Carottes jaunes et violettes
- Persil pour la décoration

Préparation

① Si vous avez du pain toast avec de la croûte, couper celle-ci pour avoir de jolies et régulières tartines carrées.

② Beurrer et tartiner les tartines de Cenovis.

③ Couper les tartines en diagonale pour obtenir 8 triangles égaux

④ Peler et couper les carottes en tout petits dés et les verser dans un plat creux. Pas besoin de carottes oranges classiques, les carottes violettes sont oranges à l'intérieur, cela fera des dés jaunes, oranges et violets.

⑤ Mettre les bouchées face Cenovis contre les carottes afin de fixer celles-ci sur les tartines.

⑥ Décorer avec le persil



Les carottes peuvent être coupées en petits dés la veille.

Les tartines ne peuvent que se préparer le jour même sinon elle se ramollissent.

Bon appétit !!

Makis aux épinards, saumon et fromage frais

Ingrédients

- 300 g d'épinards hachés à la crème surgelés
- 3 œufs
- 150 g de fromage frais (type St-Moret)
- 200 g de saumon fumé en tranches fines
- 1 citron non traité
- 20 g de beurre
- sel
- poivre

Préparation

- 1 Faire décongeler, ou réchauffer puis refroidir, les épinards à la crème.
- 2 Dans un saladier, casser les œufs, ajouter du sel et du poivre, battre à la fourchette.

3 Ajouter les épinards à la crème et mélanger de nouveau.

4 Faire chauffer le beurre dans une poêle, verser le mélange œufs - épinards et faire cuire en omelettes fines comme des crêpes.

5 Rincer et râper finement le zeste de citron. Dans un bol, mélanger à la fourchette le zeste avec le fromage frais.

6 Déposer les omelettes sur un plan de travail, étaler le fromage frais sur toute la surface, puis la recouvrir de tranches de saumon fumé.

7 Rouler délicatement les omelettes afin d'obtenir de longs rouleaux. Les



envelopper de film alimentaire en serrant bien et réserver au frais au minimum pendant 2 heures.

8 Découper les rouleaux en tranches de la taille qui vous convient.



VOYAGE DES GOURMETTES DE LA CÔTE À TURIN



1^{er} jour vendredi 15 septembre 2023

Nous sommes parties très tôt de la gare routière de Genève en Flixbus et avons eu un voyage très agréable, avec une halte dans la Vallée d'Aoste pour déguster notre premier espresso italien.

Arrivées à l'hôtel, petite toilette et départ pour un tour de Turin, cette très belle ville impériale, ancienne capitale italienne au début de l'Union, souvent moins connue que Milan, Florence ou d'autres villes très touristiques. Visite à pied et découverte de ses fameuses arcades et cafés turinois où l'on trouve, par exemple, le fameux chocolat Gianduja pour accompagner les espressos.



Première destination, Gourmettes oblige, Eataly, temple des produits alimentaires italiens de luxe, afin de faire des achats et de manger à l'un de ses très bons restaurants offrant des produits très frais, comme du poisson et des fruits de mer d'excellente qualité, accompagnés d'un succulent vin blanc, un vieux cépage piémontais, un Arneis. Le soir, nous nous sommes promenées dans le centre-ville et avons trouvé un café pour notre premier apéro, près du Palais Royal et de la Piazza Reale. Très

beau début de soirée ensoleillé, apéritif italien avec de nombreux amuse-bouches ; la générosité et la Dolce Vita à l'italienne.

Samedi 16 septembre

Nous avons commencé la journée avec un délicieux petit déjeuner à l'italienne, puis départ pour le plus grand Marché d'Europe. On y trouve des vêtements, des sacs et surtout un riche assortiment de délicieux produits alimentaires locaux et de toute l'Italie. Un vrai régal pour les yeux, les papilles et le nez. Après cela, nous sommes retournées au centre-ville et avons fait un autre apéro-dinatoire à l'italienne.



Le clou de cette journée nous attendait au Musée Egyptien, avec une visite guidée en italien. Une vraie expérience immersive, un peu difficile pour quelques-unes, mais avec l'aide de certaines d'entre nous, cela s'est plutôt bien passé. Quel merveilleux musée, le deuxième plus grand et plus important au monde sur l'Egypte ancienne, juste après Le Caire, où nous avons pu revivre la vie de cette incroyable civilisation qui a laissé un riche héritage culturel.

Le soir, nous sommes allées dans un des meilleurs restaurants de Turin, le Solferino, où nous avons mangé de somptueux plats traditionnels, comme les fameux Tajarin (sortes de tagliatelle) au Plin (sauce à la viande hachée de veau) et surtout où nous avons fêté dignement le 85^{ème} anniversaire de notre chère Gourmette Odette Martin, qui a reçu cette belle surprise.



Dimanche 17 septembre

Dernière journée, où nous avons une visite guidée gastronomique de la ville. Cela a commencé par une dégustation du Gianduja dans une chocolaterie artisanale, puis le fameux Bicerin, qui signifie petit verre en piémontais (un verre de café avec du chocolat fondu et du lait), un vrai régal.

Le guide était vraiment extraordinaire, il nous a parlé de l'histoire de Turin et cela a été vraiment très intéressant. Nous avons fini avec une dégustation de vins piémontais et un repas dans une trattoria. L'après-midi, nous avons continué avec des gelati en nous promenant dans les très belles rues piétonnes de la vieille ville. Puis, retour à Genève en bus, les yeux pleins de beaux souvenirs et le désir d'y retourner afin de mieux découvrir ce petit joyau du nord de l'Italie.

Rita Colancecco Nanchen

MERVEILLEUX PETIT VOYAGE EN ITALIE

En 2023, nous avons à nouveau voyagé. Cette fois, nos destinations étaient Padoue et Venise.

Nous avons visité Padoue, une très belle ville, mais la chose la plus passionnante était la visite de la Cappella degli Scrovegni, avec les chefs-d'œuvre que maître Giotto a réalisés entre 1303 et 1305. Une visite à ne pas manquer si l'on se trouve à Padoue.

Le matin suivant nous nous sommes embarqués sur le Burchiello, un bateau historique qui parcourt le fleuve Brenta vers Venise. Pendant le voyage, nous avons visité des villas palladiennes que l'architecte Palladio avait réalisées pour les familles vénitiennes les plus importantes vers la moitié du 16^{ème} siècle.

Nous sommes arrivés à Venise dans la soirée avec une vue superbe de la lagune et de Piazza San Marco. A Venise nous avons passé deux jours et avons visité les sites les plus importants, ainsi que des endroits cachés que les touristes ne connaissent pas et qui nous ont fait vivre la vie des Vénitiens.

Nous avons aussi apprécié de bons restaurants, y compris celui du célèbre chef Alessandro Borghese dans le vieux casino de Venise.

Un voyage sous le signe de l'amitié, comme toujours.

Claudia Bolliger





30 ANS DÉJÀ

Eh oui... 30 ans ce sont écoulés (pour la vérité 31 !). Le 18 avril 1994 est née à Lugano notre section.

Après insistance de la Présidente du Conseil d'alors, Mme Warendorf, et de quelques amies, pour moi a débuté l'aventure de Présidente Fondatrice de la section de Lugano

Après une année d'apprentissage pour tout le groupe, nous avons toutes prêté serment au Sant'Abbondio de Sorengo où le fameux Chef Étoilé Martin Dalsass nous avait chaleureusement accueillies.

Ce fut un départ fantastique dans un lieu unique, grâce aussi à la nombreuse délégation des Gourmettes du Conseil et accompagnantes, qui se sont déplacées de la Suisse Romande pour nous souhaiter un bon départ.

Pendant ces années, malheureusement, quelques amies nous ont quittées. Je cite avec tristesse : Giulia Bonzanigo, Irène Pitteri, Franca Pelli, Luisella Seegy, Sussy

Errera, Vanna Bossi-Fedrigotti. Mes pensées volent vers elles et d'autres qui, depuis le début, ont cru et vécu l'esprit Gourmettes en honorant tous les principes de l'Association.

Merci aussi à toutes (comme moi) qui sont encore fortement attachées à ce groupe toujours aussi « pétillant » et à toutes les nouvelles adeptes qui, au fil des années, se sont jointes à nous.

Bravo ! Et bon vent à toute la section pour le futur. Je dois aussi citer mes 3 ans au sein du Conseil qui m'ont beaucoup enrichie et où j'ai pu apporter quelques nouveautés.

À ce jour nous comptons :

14 Gourmettes actives et 8 amies arrivées au 3^{ème} âge, lesquelles sont encore présentes en cas de besoin.

Gibus Scatizza

PS : Merci de tout cœur à la section du Chablais et à beaucoup des participantes pour le chaleureux accueil durant l'Assemblée Générale.



fait l'honneur d'une table. Suite à une invitation de leur part, nous nous devons de faire impression.

Après toutes ces émotions, nous serons en vacances, bien méritées, jusqu'en septembre pour notre pique-nique gastronomique.

Toute la Section de Monthey se joint à moi pour vous souhaiter une merveilleuse année.

Patricia Voisin

SECTION Monthey

UNE BELLE ANNÉE ET UN SUPERBE DÉFI

Cette année 2024 commence en février avec un joli repas au restaurant de l'Oxalys aux Evouettes.

À l'assemblée générale à Bex, notre très chère Gourmette Marylou Ney a été honorée membre émérite. Bravo Marylou, que de repas tu nous as fait découvrir et tu as toujours plein d'astuces en cuisine... L'expérience y'a que ça de vrai... !

Mais le défi ultime de cette année est notre première organisation d'un souper « Découverte » pour 100 personnes.

Autant vous dire que nous en avons fait des rencontres pour établir un menu, tester les plats les uns après les autres, et chaque fois des petites modifications intervenaient et on recommençait inlassablement... Pendant 3 mois... Pour au final régaler nos 100 convives au mois de juin. Nous sommes toutes très fières du résultat, même si dans les coulisses des cuisines tout n'a pas été un long fleuve tranquille. Le stress du temps et de la volonté de bien faire ont parfois fait des étincelles.

A noter que nos homologues masculins, les Marmitons de Monthey, nous ont



SECTION *Montreux*

ESCAPADE AU MAROC, PAYS DES MILLE ET UNE SAVEURS

40^{ème} anniversaire de la section de Montreux

Warda, notre Gourmette, fière de ses origines, nous a concocté un riche programme gourmand composé autant de découvertes gustatives exclusives que de visites culturelles ! Nous lui sommes immensément reconnaissantes pour sa générosité, son dynamisme et son enthousiasme. Ces moments d'amitié, de partage, de rires et de fous rires resteront gravés dans nos mémoires.

C'est bien dans un riad privatisé que nous avons élu domicile pour une semaine ; un véritable havre de paix contrastant avec l'agitation des rues étroites de la Medina de Marrakech. Les délicieux petits déjeuners sur la terrasse, au son des chants d'oiseaux, ont été un vrai plaisir. La cour intérieure avec sa belle piscine,

fut très appréciée ; point central du riad, nous y avons savouré nos apéros et digestifs, sans oublier le traditionnel thé à la menthe, dégusté avec plaisir partout où nous allions !

Voici un aperçu du programme de notre séjour :

1^{er} soir : repas tardif sur une terrasse dominant la place Jemaa el-Fna

2^{ème} jour : visite des Jardins de la Ménara, découverte de l'artisanat marocain, des tanneurs, virée au souk, dîner traditionnel au restaurant gastronomique marocain Dar Moha.

3^{ème} jour : excursion dans la vallée d'Ourika dans l'Atlas, repas au bord de la rivière Ourika, visite d'une coopérative de production d'huile d'argan. Dîner typique au riad.



4^{ème} jour : visite des jardins verdoyants de Majorelle, balade en chameau dans le désert d'Agafay, toujours dans le désert, dîner marocain sous les étoiles avec animation et danse du ventre !

5^{ème} jour : sur la route pour Essaouira, dégustation de vins marocains du domaine du Val d'Argan, repas au bord de l'océan, visite guidée d'Essaouira. En soirée, délicieux méchoui servi à la « maison » dans notre riad.



6^{ème} jour : hammam et soin complet du corps, balade dans le souk, acquisition d'épices à l'herboristerie Al Badia dans le quartier des épices, dernier repas avec une tanjia sur le roof top du Palais Dar Si Aissa.

Ce fut tout simplement une escapade inoubliable !

Et pour titiller vos papilles, nous vous livrons la recette d'un plat typique de Marrakech !

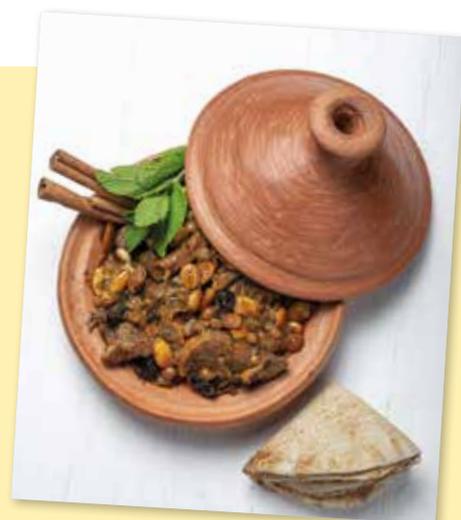
Elisabeth Légeret

Tajine

Un plat marocain excellent très facile à faire. La viande est confite et parfumée à souhait. La tanjia maarakchia est un plat typique de la cuisine marocaine originaire de la ville de Marrakech. Ce plat est traditionnellement cuit dans un pot en terre cuite et dans la cendre. Nous le proposons dans une cocotte au four.

Ingrédients pour 4 personnes

- 1 kg de jarret de veau ou de bœuf
- Os à moelle
- 1 cc de curcuma
- 1.5 cc de cumin moulu
- 1 cc de cannelle moulue
- 1 cc de gingembre moulu (ou frais haché très fin)
- 1 citron confit
- 6 gousses d'ail
- 3 cs d'huile d'olive
- 1 cs de beurre
- 20 cl d'eau
- Un peu de sel (le citron confit est salé)
- Poivre



1 Mettre les morceaux de viande dans une cocotte en terre (ou en fonte). Ajouter les épices, le citron confit coupé en morceau, les gousses d'ail pelées et écrasées, l'huile, le sel et le beurre. Bien mélanger et ajouter 20 cl d'eau.

2 Fermer la cocotte et cuire au four pendant 4 heures à 180° (th5). Surveiller la cuisson de temps en temps et ajouter un peu d'eau si besoin.

Déguster bien chaud avec du pain.

SECTION *Morges*

VOYAGE EN SICILE DU 19 AU 25 SEPTEMBRE 2023

Nous sommes six Gourmettes gourmandes (Annick, Claire-Lise, Liliana, Nicole, Marlise, Véronique) qui nous réjouissons de goûter aux merveilles culinaires de Sicile, ce mardi matin tôt, en vol de Genève à Catania.

C'est Liliana, notre Gourmette sicilienne qui a tout organisé : circuit touristique, hôtels, restaurants, voiture confortable. C'est elle qui nous sert de chauffeur et nous ne pouvons qu'admirer son grand talent à se faufiler avec une voiture plutôt

spacieuse dans des endroits impossibles où nous devons parfois replier les rétroviseurs !

Première destination Acireale où nous nous arrêtons à la « Dimora del Faro », joli petit hôtel près du bord de mer.

Le lendemain et pour trois jours nous partons en circuit : Taormina avec son extraordinaire théâtre antique grec, Isola Bella, Castelmola, accessible par une route vertigineuse et dégustation d'un cannolo avec un vin d'amande (Elixir



d'amour) au Bar Turrisi (classé parmi les sept établissements les plus singuliers du monde !).

Départ pour le nord, à San Agata di Militello pour suivre un cours de pâtisserie à la Casa Dolce. Quelle sympathique expérience. Petite visite chez le papa de notre organisatrice et repas de midi à la Carcubba, restaurant gastronomique.



Prochaine étape à l'intérieur des terres, Piazza Armerina où nous passons la nuit à l'hôtel Villa Romana.

Le lendemain, visite de la villa Romana del Casale pour admirer ses fabuleuses mosaïques puis Caltagirone, connue pour ses céramiques.

Ragusa Ibla, une ville typique. Aïe les escaliers..., Modica et son chocolat croquant, puis le bord de mer, le sable, l'eau si agréable. Les bons plats se suivent,

poissons, fruits de mer, pasta, sauces, desserts, nous nous régaloons. C'est une immersion dans le monde d' Andrea Camillieri. Nous visitons d'ailleurs la maison mythique du Commissaire Montalbano.

La Sicile est une terre d'histoire, de traditions et de gastronomie. Mille raisons de découvrir cette île magnifique.

Véronique Walther



SECTION *Neuchâtel*

LES GOURMETTES DE NEUCHÂTEL PARTICIPENT AU 60^{ème} ANNIVERSAIRE DE LA CONFRÉRIE BACHIQUE ET GASTRONOMIQUE DES OLIFANS

La Noble Confrérie des Olifans en pays de Neuchâtel porte bien son nom de noblesse et d'élégance. Ce 15 juin les Olifans ont fêté leur 60^{ème} anniversaire à Cressier à la salle Vallier.

Les Gourmettes de Neuchâtel ont eu l'honneur de préparer l'apéro pour environ 110 personnes.

Nous avons confectionné des bouchées apéritives du terroir neuchâtelois : petits saucissons en croûte, cuillères de rougail de tomates, mini tartares de bufflonne du Val-de-Travers, choux garnis de mousse de bondelle du lac et asperges du Vully sur son mini saint-honoré.

L'apéro fut servi dans la cour de la Maison Vallier accompagné par les Amis du jazz de Cortaillod.

Une grande nouveauté chez les Olifans est de donner accès aux femmes. Aussi deux Gourmettes, Françoise Vautier et Daisy Vuilliomenet ont été intronisées.

Ce fut une belle journée avec un grand repas où chaque plat est annoncé par les « Rallye Trompe ».

Merci aux Gourmettes, merci au Gouverneur Pierre-Alain Sumi qui avec tous les Olifans de la Noble Confrérie ont mené à bien cet anniversaire.

Antoinette Ramseier





SECTION *Noble et Louable Contrées*

VOYAGE CULINAIRE AUX SAVEURS ZURICHOISES

Afin de varier les plaisirs et de booster un peu notre inspiration, nous décidons de faire des menus thématiques.

Ainsi, pour notre repas du 2 avril dernier, nous choisissons « le canton de Zurich » comme fil rouge et ceci en l'honneur de notre nouvelle recrue, Madeleine, résidente de Sierre mais native de Zurich.

Sandra Charmillot



Menu

Mousse d'asperges à l'estragon
Mousse de truites fumées à l'aneth

* * *

Choschtsuppe Zurichoise

* * *

Emincé de veau à la Zurichoise et Rösti

* * *

Gâteau Zurichois aux pommes revisité



QUELQUES INSTANTS DE DÉPAYSEMENT DANS L'EMPIRE DU SOLEIL LEVANT

Pour le mois de mai, nos Gourmettes en cuisine ont décidé de voyager dans l'Empire du Soleil Levant avec un repas japonais. Avaient-elles vraiment réalisé l'ampleur d'une telle aventure ? Nul ne le sait. Douze spécialités nippones furent sélectionnées.



Peu à peu, les tests s'avèrent concluants, les goûts s'approchèrent d'une surprenante authenticité, la récompense était au bout du chemin !

En parallèle, ce furent les recherches pour une décoration digne de ce pays si attaché aux détails, à la finesse, à la perfection. Le choix fut porté sur une table aux couleurs noires et roses, aux serviettes parfaitement déployées en éventail, aux menus pliés en forme de kimono et aux arrangements floraux épurés. Nos Gourmettes en cuisine s'étaient, elles aussi, prêtées au jeu en revêtant une jolie parure nipponne.

Pour la plupart des recettes, les ingrédients manquaient. Il leur fallut explorer les échoppes asiatiques pour... se retrouver bredouille, puis recommencer, et finalement trouver tous les produits nécessaires afin de démarrer avec les premiers essais.

Le voyage allait ainsi pouvoir commencer avec un verre de saké bien frais, accompagné de petites bouchées apéritives. S'ensuivront deux entrées composées de gyozas et d'une exquisite soupe Miso, puis un enchaînement de plats de résistance :

yakitori de poulet, sériole pochée au daïkon, boulettes de riz croustillantes et moult légumes. Enfin et immanquablement, un dessert aux perles du Japon et cookies au matcha.

L'expression de plaisir sur le visage de chacune fut une belle compensation des efforts fournis.

Lisa Tastevin et Nicole Monnier



Crevettes Matsuhisa

Ingrédients pour 4 personnes

- 4 crevettes « Kuruma » (env. 30g chacune)
- Huile végétale (friture)
- 1 cs de beurre clarifié (Ghee)
- 1 champignon shiitake, coupé en 4 petits morceaux dans la longueur
- 2 feuilles Shiso, coupée en 2 dans la longueur (je les ai ajoutées entières)
- Un peu de Sauce crémeuse épicée (mayonnaise japonaise additionnée d'huile pimentée)
- 4 cc caviar osciètre (ou substitut)
- 2 cc jus de yuzu
- Citron vert en quartiers pour garniture



Préparation

- 1 Préparer les crevettes. Enlever les têtes puis les carcasses et déveiner. Rincer brièvement sous l'eau fraîche et égoutter.
- 2 Frir les têtes et réserver.
- 3 Faire une entaille au milieu de la crevette jusqu'à la queue et marquer légèrement des lignes sur toute la crevette avec le talon d'une lame de

couteau. Cette technique ha-uchi empêche les crevettes de se recroqueviller à la cuisson.

- 4 Faire chauffer le beurre clarifié dans une petite poêle à feu moyen et faire revenir le champignon jusqu'à ce qu'il soit mou.

- 5 Préchauffer le grill. Sur le côté fendu de chaque crevette, ajouter un

morceau de champignon et une demi-feuille de shiso avec un peu de sauce crémeuse épicée.

⑥ Griller pendant 1-2 min jusqu'à ce que la surface des crevettes devienne opaque.

⑦ Transférer les crevettes dans un plat de service, garnir chacune d'une cc de caviar et 1/2 cc de jus de yuzu.

Servir avec les têtes de crevettes frites et garnir de citron.

Ha-Uchi

Tenez le couteau à un angle de 45 degrés par rapport à la position verticale, de sorte que la pointe de la lame soit dirigée contre le bas. Tapotez légèrement avec le talon du couteau (base de la lame) pour marquer des lignes sur la surface des fruits de mer sans les

couper complètement. Les bons chefs sushi emploieront toujours la technique Ha-uchi sur des garnitures de sushi dures et moelleuses pour assurer une meilleure adhérence avec le riz à sushi, sinon le riz se détachera de la garniture lorsque le sushi sera mangé. La technique Ha-uchi est également utilisée pour empêcher les crevettes de s'enrouler pendant la cuisson.

Lisa Tastevin

SOIRÉE GOURMANDE AVEC CHEF BRANDY CHEZ GASTROVAUD

Le 17 avril dernier, les Gourmettes de la Riviera sont allées du côté de Pully pour suivre un cours avec Chef Gaël Brandy, dans les locaux de GastroVaud. Moments choisis.

Cela faisait un moment que nous parlions de prendre un cours de cuisine. Oui mais lequel et où ?

Notre choix s'est porté sur l'offre que fait GastroVaud avec *La Table de Gaël*. Nous n'avons pas été déçues !

Un accueil chaleureux autour des 18h30, nous faisons connaissance des lieux, du Chef Brandy et Luka qui nous assistera tout au long de la soirée.

Nos tabliers sont enfilés, tout est déjà prêt et numéroté avec les ustensiles, c'est sans tarder que nous passons à l'action. Les groupes de trois se forment et chacune opère dans sa mission. Attentives, nous écoutons les instructions.

Chef Gaël nous explique notamment la différence entre le fond de poisson et le fumet de poisson tout en cuisinant le gaspacho andalou et ses coupages. Nous poursuivons par la cuisson du risotto à l'encre de seiche et le réservons. Viennent ensuite les supions à farcir, puis leur donner une belle coloration à la cuisson. Dès que c'est mis de côté, nous attaquons le dessert et la technique des feuillantines chocolat-banane. Un exemple nous est montré puis nous exécutons la suite à notre poste de travail.

La suite se poursuit en cuisinant, ques-

tionnant et surtout en prenant du bon temps.

Vient la deuxième partie de la soirée et sans doute la plus attendue, la dégustation.

Nous passons à table pendant que Chef Brandy et Luka font le dressage. Le rideau se lève et c'est l'émerveillement. De magnifiques assiettes, colorées et pleines de saveur s'offrent à nous.

Cerise sur le gâteau, nous arrivons même à manger les portions que nous avons cuisinées.

Ce repas fut accompagné d'un Traminer AOC Vully 2022, suivi de Les Blonnières, AOC Epesses et pour finir, Folie, AOC Lavaux, mousseux brut.

Une bien belle soirée pour notre section Riviera. Merci Gaël et Luka.

Marianne Jaquet





Supions farcis d'un risotto à l'encre de seiche



Cabillaud royal sauvage, version ibérique



Moelleux chocolat, coeur passion

SECTION *Sierre*

NOTRE COURS DE CUISINE 2024

Sur proposition de notre amie Angelika, les membres de la section de Sierre ont engagé M. Grégoire Gendre pour animer le cours annuel. Tania, notre Présidente, nous ouvre généreusement sa fabuleuse cuisine. Nous participons activement à la réalisation du menu choisi par le chef :

Menu

Entrée

Cabillaud royal cuit à l'unilatérale
Émulsion au thé wasabi
Pomme purée

Plat

Filet d'agneau aux giroles
Jardinière de légumes croquants
Risotto crémeux au parmesan

Dessert

Ile flottante

Nous travaillons avec entrain dans une ambiance chaleureuse. La quantité de beurre utilisée pour le poisson et le risotto nous impressionne. A la dégustation, le résultat est à la hauteur. L'accent est mis sur la présentation des mets. A cet effet, nous avons créé de magnifiques tuiles dentelles pour sublimer l'entrée.

Une soirée réussie pour les dentelières d'un soir ! Nous rentrons comblées avec des recettes réalisables à la maison.

Marie-Claude Pochon

Tuiles dentelles

Ingrédients

- 80 g d'eau
- 30 g d'huile d'arachide
- 10 g de farine
- Colorant de couleur (facultatif)

Préparation

- 1 Dans un récipient, mélanger tous les ingrédients jusqu'à obtenir une pâte homogène.
- 2 Chauffer une petite poêle antiadhésive à feu moyen.
- 3 Verser une petite quantité de pâte dans la poêle chaude, comme pour faire une crêpe.
- 4 Laisser bouillir jusqu'à ce que l'eau s'évapore, puis continuer la cuisson jusqu'à ce que la tuile dentelle devienne rigide.
Retirer les légumes du feu et les passer immédiatement sous de l'eau froide.

Note

Note : Si vous souhaitez ajouter de la couleur à vos tuiles dentelle, vous pouvez incorporer quelques gouttes/poudre de colorant à la pâte avant de mélanger les ingrédients.

Comme récipient on peut employer une petite bouteille en plastique mou (que l'on trouve dans les rayons cuisine), c'est pratique pour mélanger et verser dans la poêle.



LA SECTION DE VULLY FÊTE SES 25 ANS



2023 : 25 ans déjà pour notre section ! Pour marquer cet événement, nous invitons les Gourmettes qui furent intronisées et membres actives au cours de ces 25 ans et qui, après une carrière Gourmette bien remplie, se sont mises à la retraite à un moment donné. Et oh ! bonheur ! des 13 Gourmettes invitées, 8 ont répondu présentes et nous les recevons pour un buffet dînatoire par une belle soirée de fin juin en notre cuisine de la Maison de Paroisse à Môtier. Le statut Gourmette crée et noue des liens solides. Nous retrouvons ces 8 amies comme si nous ne nous étions quittées que la veille.

Josette Boll

TOUT TOURNE AUTOUR DU CHAT

Lors de notre assemblée générale début 2023, notre présidente, **Henriette Déjardin**, nous propose comme thème de l'année un sujet qui nous laissent initialement plus que dubitatives, mais que rétrospectivement nous aurons décliné jusqu'à la fin de l'année avec beaucoup de plaisir : **LE CHAT !** « Tout tourne autour du chat ». Non mais Cha va pas ?! Mais oui, il suffit de faire des jeux de mots tels que : Châteaubriand, chariot de desserts, châtaignes, chavignol, Bun chà... A notre imagination !

Mars 2023 : « Chat alors », sur la table, les serviettes sont pliées en forme de chats alors que les félins en porcelaine se prélassent au milieu des caisses de jonquilles et de primevères. Au menu : Œuf « CHATmolette » sur lit de mesclun, crème légère de curry et sa roulade de poisson « chat », « CHATgot » d'agneau à la cuillère – 14 heures – et sa garniture (heureusement que ce n'était pas la souris d'agneau, sinon les chats l'auraient dévorée !), et en dessert, dacquoise ananas et sa glace « CHAToyante ».



Avril 2023 : « Souper sur catnip » (ou cataire, la plante vraie source de bien-être et puissant déstressant chez les félinés). En déco : des bouquets printaniers, des chats en carton pliés, la queue et les oreilles dressées, faisant le gros dos et une souris qui sort de la serviette lorsque chaque Gourmette la sort de son lien de serviette, confectionné en corde





Mai 2023 : Poursuivant le chat... notre souper s'intitule : « A la table du Shah ». C'est un repas iranien. Table au décor oriental doré et photophores colorés. Pour l'occasion, nous avons déniché des nappes bleues et des serviettes violacées. De beaux bouquets complètent l'ensemble. Le menu peu courant a enchanté cuisinières et convives et a enrichi notre palette culinaire. Une belle et goûteuse découverte : pizzas à la Perse garniture zaatar, labneh, koukou sahzi, boulettes aux carottes, halloumi, crevettes à l'arak, poulet à l'iranienne, baies d'épine vinette, riz chelo, et ossmaliyeh.



Novembre 2023 : Toujours en lien avec le thème du chat, la carte du menu était insérée dans un château tout droit sorti des contes de fées : « Souper au Chat'oh Gourmettes ». Nous avons nous aussi nos fées : les Gourmettes du Vully ! La décoration toute vêtue de mousse et de lumières scintillantes nous a éblouies. Au menu : saumon confit en poudre de nori les Pattes de Garfield, soupe betteraves -lait de coco Lucifer, CHATEaubriand beurre curry-orange, purée de panais, CHATrlotte aux pommes et limoncello.

Septembre 2023 : C'est avec plaisir que nous nous retrouvons après les vacances. Le thème reste le même : LE CHAT. La créativité qu'il suscite est très intéressante. Le menu et ses jeux de mots donnent le ton : CHATgrin d'amour ! Pliage astucieux en forme de cœur brisé pour la carte du menu. CHATriviari de saveurs en amuse-bouches, tartare de cerf CHATsse à cour, cassolotte de champignons CHATrmée par l'automne, bœuf des cœurs brisés Petit CHATperon rouge et sa CHATrette d'accompagnements, moelleux au chocolat et son cœur de fruits rouges un CHATleureux réconfort, et CHAT ALORS, pour terminer : pas de mignardises ! le chat les a mangées.



CHAT alors mes CHATmarades, quelle merveilleuse année !

Josette Boll



Nos Gourmettes de la section du Vully ont déniché cet article dans la presse de Suisse romande. Nous sommes heureuses de pouvoir le partager ici avec vous.

Le saviez-vous ? La fondue, c'est suisse ou bien ?

Nos ancêtres les Helvètes en mangeaient-ils vraiment ? Pas si sûr...

La soupe du compromis : On entend souvent que le plat national suisse trouverait son origine dans un épisode marquant de l'histoire de la Confédération : la paix de Kappel. En 1529, une campagne militaire oppose cantons protestants et cantons catholiques à Kappel am Albis, à la frontière de Zoug. Heureusement, des négociations permettent in extremis d'éviter la guerre. Les soldats catholiques et protestants se réconcilient autour d'une soupe au lait. L'origine de la fondue ? Non, une légende. Selon la tradition, les soldats se seraient partagé une soupe au lait dans un chaudron placé sur la ligne de démarcation entre les deux armées, en trempant des morceaux de pain dedans. Cette soupe symboliserait le sens du compromis des Confédérés. De là à dire qu'elle serait l'ancêtre de la fondue, il n'y a qu'un pas... que les historiens refusent toutefois de franchir. D'ailleurs, il n'y a pas de fromage dans la soupe de Kappel. Mais la légende persiste.

Un plat de riches urbains : Selon les historiens, la plus ancienne recette de fondue qu'on ait retrouvée date de 1699. Et au risque d'en décevoir certains, elle ne provient pas de la patrie du gruyère ou du vacherin, mais de Zurich. Elle s'intitule « Comment cuire du fromage dans du vin ».

Si elle ne porte pas le nom de fondue, la préparation ressemble beaucoup à la recette actuelle et se mange également en y trempant du pain. Mais pourquoi diable Zurich ? Parce que le fromage se consommait là où il était vendu, et non là où il était produit, explique Paul Imhof, dans son livre «Le Patrimoine culinaire suisse»: «Les paysans produisaient le fromage pour transformer le lait en argent, et c'étaient les bourgeois des villes qui possédaient cet argent.»

Eh oui, on a tendance à l'oublier : à l'époque, le fromage, qu'il soit fondu ou non, était un mets destiné aux riches. Les paysans qui le fabriquaient se contentaient du sérac, fabriqué à partir du petit-lait issu de la production du fromage.

Une fondue qui n'en est pas une : Le mot « fondue » apparaît pour la première fois en 1742 dans un livre de cuisine... français. Il s'agit d'une recette de « fondue au fromage aux truffes fraîches ». Des truffes ? Décidément, on reste parmi les riches. Le plus surprenant, c'est que cette recette n'a pas grand-chose à voir avec celle que nous connaissons. Le fromage est d'abord fondu dans du vin avec du beurre et assaisonné de truffes, de ciboules et d'épices. Mais ensuite, il est additionné de blancs d'œufs fouettés, de jaunes d'œufs et – accrochez-vous bien – de jus d'orange !

De vulgaires œufs brouillés ? La recette de fondue à base d'œufs et de fromage aura la vie dure. Dans sa « Physiologie du Goût » (1825), le célèbre gastronome français Brillat-Savarin raconte avoir dégusté une fondue bien arrosée chez un notable de Moudon. Pour lui, pas de doute, «la fondue est originaire de Suisse ». Ouf, si Brillat-Savarin en personne l'affirme... En revanche, selon lui, « ce n'est autre chose que des œufs brouillés au fromage ». On n'en sort pas.

N'empêche, aujourd'hui encore, certains ont l'habitude de casser un œuf dans le caquelon pour terminer la fondue. S'agirait-il d'une coutume héritée de cette ancienne recette ?

Quand le marketing s'en mêle : En fait, la fondue au fromage telle que nous la connaissons de nos jours est une tradition relativement tardive. Il faut attendre le milieu du XX^e siècle pour qu'elle se popularise dans toute la Suisse. Une chose est sûre, elle n'est pas liée à la vie des alpages et des armailis, comme on voudrait bien nous le faire croire. Cet imaginaire-là, c'est plutôt au marketing qu'on le doit. L'Union suisse du commerce du lait a été créée en 1914 dans le but d'assurer le ravitaillement de la population pendant la Première Guerre mondiale. Par la suite, cette organisation s'est surtout employée à promouvoir la consommation et à dynamiser les exportations en popularisant des plats

à base de fromage. C'est elle qui a élevé la fondue au rang de plat national. Elle lance notamment une campagne publicitaire en inventant le slogan suisse allemand FIGUGEGL (acronyme de « Fondue isch guet und git e gueti Luune »), qui sera traduit en français par «La fondue crée la bonne humeur». Un véritable carton.

La fondue militaire : L'armée contribue aussi beaucoup à populariser la fondue. Le plat est intégré aux re-

cettes de cuisine militaire dans les années 1950, là aussi sous l'impulsion de l'Union laitière. Elle livre à l'armée caquelons, réchauds et fourchettes, ainsi que des instructions simples pour préparer la fondue pour 50, 100 ou 500 personnes.

Du marketing, mais pas seulement : Finalement, la fondue ne doit-elle sa popularité qu'au marketing ? En vérité, peu importe. Car c'est un plat qui séduit par sa convivialité. Elle symbo-

lise le partage et la simplicité. Elle permet de recevoir ses amis ou sa famille « à la bonne franquette », ou de sortir manger ensemble en toute décontraction. Elle se prête aussi bien aux fêtes qu'aux repas improvisés.

Finalement, l'Union laitière ne croyait pas si bien dire : « La fondue crée la bonne humeur »!

*Tania Brasseur,
publié dans le BLICK
du 18 novembre 2023*

SECTION *Yverdon*

LES « GOUR'MENS » À LA CUISINE

Une fois n'est pas coutume, nos conjoints respectifs se sont mis, le temps d'une soirée, derrière les fourneaux...

Nous avons eu le plaisir et l'honneur d'être reçues chez Eliane et Blaise à la ferme du Lac à Forel le 2 juin 2023. Dans une magnifique ferme rénovée avec une vue sur le lac de Neuchâtel et un superbe coucher de soleil.

L'apéritif a pu être pris sur la terrasse et là, nos papilles ont déjà été surprises par les amuse-bouches concoctés par ces Messieurs. Ce moment a été le départ d'une soirée remplie d'échanges, de sourires et de rires et surtout de surprises. Effectivement, voir ces Hommes organisés de mains de maître avec des tâches bien attribuées à chacun ; qui à la petite main, qui à la cuisson, qui au grill, qui à la préparation des assiettes, qui au service, qui à la vaisselle, nous ont épatées. C'était comme s'ils avaient œuvré par habitude, alors que pour certains ils se côtoyaient pour la première fois !

Le repas servi chaleureusement, autour d'une grande table magnifiquement dressée dans le salon de nos hôtes, a permis de créer de nouveaux liens entre tous. Le menu, ci-dessous, vous mettra

certainement l'eau à la bouche, comme nous toutes, absolument ravies de se faire choyer par nos chères moitiés.

Ils ont, bien malgré eux, tiré quelques enseignements à force de déguster nos essais et notre cuisine quotidienne !

Menu

Apéritif champêtre
Chasselas sur Crausa 2021

Filet de perche et son caviar d'aubergine
Freiburger 2022

Côte de bœuf enfourné au feu de bois avec sa sauce au vin du terroir
Rösti au cognac et ses légumes de saison
Pinot Noir Selection

Ces Gâteaux de la ferme au feu de bois
Les vins proviennent de la Cave Le Petit Château Môtier/Vully

Une soirée fort sympathique, qui n'a pas mis en joie que nos palais et qui devrait être réitérée tous les deux ans, dixit ces Messieurs.

Quant à nous, Gourmettes, nous avons décidé de les inviter à notre tour l'été qui vient ! A nous maintenant de prouver qui sont les vraies... Gourmettes !?!

Jacqueline Gentizon

CONSEIL 2024



De gauche à droite : Sandra Charmillot, Ursula Reichenbach, Marlise Holzer, Tania Epiney, Françoise Vautier, Jacqueline Gentizon, Martine Cretegny, Maryline Héritier, Marine Benedetti

Françoise Vautier

Présidente, membre section La Côte

Martine Cretegny

Secrétaire, membre section La Côte

Jacqueline Gentizon

Trésorière, Présidente section Yverdon

Maryline Héritier

Responsable du matériel, membre section Sierr

Marlise Holzer

Conseillère, Présidente section Morges

Ursula Reichenbach

Conseillère, Présidente section Montreux

Tania Epiney

Conseillère, Présidente section Sierr

Marine Benedetti

Membre observateur, membre section Montreux

Sandra Charmillot

Membre observateur, membre section Noble et Louable Contrées

PRÉSIDENTES DES SECTIONS

| | | | | | |
|---------------------|-----------------|-------------|----------------------------------|--------------|------------|
| Bienne | Girardin | Ursula | Morges | Holzer | Marlise |
| Chablais | Mermod | Séverine | Neuchâtel | Vuilliomonet | Daisy |
| Delémont | Fonzo-Calderoli | Elsa | Noble et Louable Contrées | Epiney | Laurence |
| Fribourg | Grandgirard | Tania | Riviera | Mayor | Annette |
| Gros-de-Vaud | Duruz | Marie-Reine | Sierre | Epiney | Tania |
| La Côte | Bezençon | Nadine | Vully | Déjardin | Henriette |
| Lugano | Bolliger | Claudia | Yverdon | Gentizon | Jacqueline |
| Monthey | Davet | Ruth | | | |
| Montreux | Reichenbach | Ursula | | | |

Le team gazette !



Nicole Monnier - Coordinatrice



Marianne Jaquet - Graphiste



Notre adresse mail
gazette@gourmettes.ch

Notre adresse postale
Association des Gourmettes
1000 Lausanne