

Confrérie féminine gastronomique,
bachique et artistique

N° 25
octobre 2020

GAZETTE GOURMETTES



Chaque année dans un livre

En fin d'année, la section Bienne édite un album illustré qui recense les menus, les photos, les recettes récoltées au cours de chaque rencontre. Un incroyable recueil de souvenirs pour chacune.

page 8

La tresse du dimanche

En plein (semi) confinement, la section Montreux se met sur WhatsApp le dimanche matin et chacune prépare la tresse.

page 18-19

Et pourquoi pas des soupers dansants ?

C'est au Vully que l'idée est née. Sujet culinaire de l'année... la musique. Et voici des soirées dansantes et gastronomiques dont la samba brésilienne, les valse viennoises...

page 25

**De nous
à vous.**

Un coup de cœur, de la solidarité et nous voilà, Marianne et moi, au volant de notre Gazette à toutes.

Une aventure pleine d'histoires, d'images, de communication avec les unes et les autres. L'occasion de construire un lien entre les sections, petites ruches affairées à cuisiner d'exquises recettes, à faire plaisir, à partager de bons moments.

Nous nous réjouissons de vous transmettre cette édition si particulière, pour nous car nous la faisons pour la première fois, mais aussi puisqu'elle reflète une année très spéciale pour chacune d'entre nous, une année qui s'est "endormie".

Nicole Monnier

IMPRESSUM

Editeurs // Association des Gourmettes - 1000 Lausanne - www.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, www.nectardesign.ch /// **Impression** // Imprimerie Mury Blonay, www.mury.ch

Photo de couverture // Section Lausanne

Tirage // 400 ex.



MESSAGE DE LA PRÉSIDENTE

Chères Gourmettes,

L'année 2020 fait désormais partie de ces dates dont nous nous souviendrons. Nous avons toutes cru que ce virus resterait loin de chez nous. Rapidement il est arrivé en Europe et a créé une crise sanitaire inconnue pour beaucoup d'entre nous. Elle fut éprouvante et angoissante. Nous avons vécu neuf semaines de confinement, les rencontres mensuelles des sections ont été annulées mais heureusement remplacées par de nombreux échanges via les moyens de communication modernes.

Mais la vie reprend progressivement le dessus et nous espérons que vous puissiez reprendre vos rencontres conviviales.

Mes pensées vont vers celles et ceux qui ont été frappés dans leur santé, la perte d'un proche ou de leur activité professionnelle.

Nous avons pu maintenir la réunion des Présidentes à Leysin mais nous avons dû annuler l'Assemblée Générale du 16 septembre 2020 au Château de Villars-les-Moines. Comme beaucoup d'autres secteurs, la Fédération Suisse des Confréries Bachiques et Gastronomiques ainsi que les différentes Confréries amies ont dû mettre leurs activités en sommeil pendant cette période qui n'est pas terminée.



Cette année, je vis ma quatrième année de présidence de l'Association. C'est pour moi une belle et enrichissante expérience de vie. Je mesure que le mandat de Présidente, éphémère animateur, n'est rien sans le soutien et la solidarité des membres du Conseil. Je remercie chacune pour son assiduité, ainsi que la complicité qui est présente lors de nos rencontres.

Le partage et l'implication de toutes celles que je rencontre renforcent ma conviction qu'ensemble et dans un esprit solidaire, nous pouvons réaliser de belles choses.



Vous avez entre les mains le nouveau format de notre gazette, reprise cette année par Nicole et Marianne de la Section Riviera. Chacune a un rôle bien clair ; Nicole s'occupe de récolter les articles, elle est le lien avec vous les sections. Marianne quant à elle, de part sa profession, s'occupe de la mise en page.

Je les remercie d'avance pour leur travail et je vous souhaite une bonne lecture.

En terminant, je vous invite à être une membre active et à nous faire bénéficier de vos idées et opinions, votre implication nous est très précieuse pour l'avenir de l'Association des Gourmettes.

J'espère vous retrouver prochainement afin de nous remémorer les souvenirs mais aussi de parler du futur de notre Association.

Marie-France Derkenne
Présidente





Nous a quittées

Au nom des amies Gourmettes de la section de Lausanne, je tiens à rendre hommage à notre amie Irène qui nous a quittées le jour de Noël 2019.

Excellente secrétaire dans notre section depuis des années, elle menait à bien son savoir-faire dans tout ce qu'elle entreprenait. Elle était habile de ses mains, le tricot et la couture n'avaient pas de secret pour elle. Ses beaux chats de race lui tenaient compagnie, elle aimait tellement les dorloter.

Sa passion, la cuisine ! Elle lui ressemblait, colorée et coquette, ses décors de table fleuries avec un parfum de muguet. Irène était une délicieuse Gourmette.

Merci Irène pour cette belle amitié partagée, nous te gardons dans notre cœur !

Mireille Buchs

Assemblée générale 2020

Cette année 2020 est incertaine à tout point de vue.

Lors de la réunion des Présidentes la décision avait été prise de déplacer l'Assemblée au 16 septembre plutôt que le 13 mai, en accord avec la section Fribourg. Au mois d'août nous devions nous positionner car le virus était toujours présent et les mesures de protection toujours en vigueur. Il a été demandé à chaque section, via sa Présidente, de se positionner sur sa participation ou pas. Les réponses n'ont pas tardé et il a été observé que le quorum n'était pas atteint. Le Conseil a donc annulé l'Assemblée. Par contre un courrier sera envoyé aux sections pour valider les différents points de l'ordre du jour. Les intronisations et les changements de mandat seront reportés en 2021.

Poires pochées à la menthe

Pour 4 personnes

- 4 belles poires pas trop mûres (par ex. conférences)
- 20 cl de sirop de menthe
- 2 c à s de Get 27 ou autre crème de menthe

Sauce au chocolat

- 250 gr de chocolat noir
- 20 cl de crème liquide

Préparation

- 1 Dans une casserole, versez ½ litre d'eau, ajoutez le sirop de menthe.
- 2 Faites chauffer doucement. Pelez les poires, coupez-les en deux, retirez les cœurs et les pépins.
- 3 Plongez les demi-poires dans le sirop de menthe. Laissez-les pocher une vingtaine de minutes. En fin de cuisson, éteignez le feu, couvrez et laissez refroidir les demi-poires dans ce sirop (une nuit pour leur donner une jolie couleur verte). Retirez les fruits, gardez-les au frais dans une

jatte. Faites bouillir le sirop restant pour le faire réduire de moitié.

4 Hors du feu, ajoutez le Get 27 ou une autre crème de menthe. Gardez au frais. Au dernier moment, préparez le coulis de chocolat, faites fondre au bain-marie le chocolat cassé en morceaux (ou au micro-ondes en position décongélation). Hors du feu, ajoutez la crème liquide.

5 Dégustez les poires avec le sirop réduit et le coulis au chocolat. Décorez de quelques feuilles de menthe fraîche.

recette d'Irène Dogny - 1997



Je me réjouis de vous revoir lors de cette prochaine assemblée. En attendant prenez soin de vous et de vos proches.

Marie-France Derkenne, Présidente

Réunion des Présidentes

En ce jour du 17 mars 2020, le Conseil et les Présidentes de Section sont accueillies par les membres de la section du Chablais pour la traditionnelle réunion des Présidentes.

Il s'en est fallu de peu pour que cette rencontre soit annulée. Car un virus venu de loin est arrivé rapidement à nos portes. Après plusieurs échanges entre le Conseil et la Présidente Annick Badan et au vu des recommandations fédérales, il a été décidé de maintenir la réunion.

Le lieu de rendez-vous est donné sur le parking de la télécabine à Leysin car les Présidentes sont attendues au Kuklos, salle Club la Berneuse au 2^{ème} étage.

Après une courte marche dans la neige, nous débutons cette rencontre par le buffet salé car il est midi et il serait dommage de commencer la séance l'estomac vide. Ensuite les différents points de l'Ordre du Jour sont passés en revue, entrecoupés par la visite du Syndic de Leysin M. Jean-Marc Udriot.

Nous terminons l'assemblée avec la partie sucrée avant de redescendre en télécabine et prendre le chemin du retour.

Je remercie les membres de la section Chablais pour leur accueil et leur générosité.

Marie-France Derkenne, Présidente



Une Gourmète experte pour « A bon Entendeur »

Quelle expérience intéressante que de se retrouver catapultée dans une émission de « A bon Entendeur » en tant que Gourmète !

Rendez-vous est pris au restaurant «Les Armures », lieu emblématique de la cuisine suisse en vieille ville de Genève.

En préambule, plantons le décor. En l'occurrence, celui d'un carnotzet dans un style typiquement chalet de pays puisque rien ne vaut un petit caveau pour y déguster des mets entre amis. Pour l'esprit chaleureux de la fondue, en revanche, il faudra repasser... Ici, en effet, chaque juré est isolé des autres et se voit attribuer un caquelon, changé après chaque échantillon. De l'eau légèrement salée remplace le bouillon car elle ne masque pas le goût véritable de la viande. Le jury a été prévenu et s'en accommode.

Tous les participants sont des professionnels, à savoir un boucher de Romont, une bouchère de Martigny, un éleveur de Pomy et une restauratrice d'Yverdon, à l'exception de Françoise Vautier, membre des Gourmettes. Et l'exercice commence... première grosse déception : personne ne s'intéresse à notre look, pas de coiffeuse, pas de maquilleuse.



On se sent terriblement seul devant son caquelon. On ne peut évidemment rien échanger avec ses voisins, d'autant plus qu'ils ne reçoivent pas la viande dans le même ordre.

On doit regarder la couleur, sentir l'odeur, voir la texture et finalement goûter. Et ce n'est vraiment pas très bon... Et il faut mettre des notes, sans savoir l'échelle. Elle va bien de 0 à 10, mais selon quels critères ? Le meilleur de la dégustation ou le meilleur dans l'absolu.

Et, on est seul face à sa feuille...

2h30 plus tard, on se retrouve autour du bar pour enfin se détendre et

constater que finalement, on a tous le même avis sur l'ensemble, c'est rassurant !

Le comble : le restaurateur, profitant d'avoir un panel d'experts sous la main, nous demande de déguster sa fondue chinoise et de la commenter... on n'en aura jamais fini !

Conclusion : n'achetez jamais de viande à fondue chinoise congelée et en grande surface... ce n'est pas du tout Gourmettes !

Françoise Vautier, secrétaire Conseil



Le conseil à Paris



Escapade du conseil à Paris du 20 au 23 février 2020 à l'occasion de la participation de notre présidente à l'assemblée générale de la Fédération Internationale des Confréries Bachiques.

Dès l'arrivée à Paris et une fois avoir posé nos valises à l'hôtel « Les Jardins du Marais », nous commençons nos découvertes culinaires. Sur proposition de Jacqueline nous mangeons au restaurant « Le Soufflé ». Effectivement, soufflés de toutes sortes : salé, sucré, en entrée, plat et dessert. Belle découverte !

L'après-midi nous nous perdons dans les magasins d'ustensiles de cuisine. D'abord le plus ancien E. Dehillerin et puis La Bovida et Mora. Un vrai paradis pour les Gourmettes.

Dîner à l'Auberge Nicolas Flamel. Un menu style bistronomie, une douce soirée aux partages personnels à cœur ouvert. Le vendredi nous visitons l'Opéra Garnier. Une visite passionnante avec un guide qui nous fait plonger dans l'histoire de ce magnifique monument, nous sommes scotchées à ses lèvres.

Le lunch se déroule chez « Angelina ». Réputé pour ses chocolats chauds et ses pâtisseries, ce salon de thé offre un somptueux cadre Belle Epoque. Après-midi shopping et soirée théâtre au Gaité-Montparnasse avec la pièce « Ménopause ».

Quatre femmes habillées en rouge qui se racontent leurs problèmes liés à la Ménopause sans pouvoir en prononcer le mot. Je pense que l'une ou l'autre s'est reconnue dans cette pièce vraiment amusante.

Le samedi nous nous baladons dans le quartier Place des Vosges. Petit encas dans un bistrot de quartier. S'ensuit une visite du cimetière du Père-Lachaise. 70'000 tombes et 5'300 arbres sur une surface de 44 hectares. Nous passons 3 heures dans ce musée à ciel ouvert et écoutons les nombreuses anecdotes sur les célébrités et autres personnalités y reposant parmi lesquelles Maria Callas, Simone Signoret, Proust, Montand, Moustaki, Chopin, ainsi qu'une des dernières arrivées : Marie Laforêt. Notre guide incroyable réussit même à nous faire chanter sur la tombe d'Edith Piaf.

Souper surprise à « La Condesa », restaurant au chic sobre et contemporain proposant une cuisine gastronomique et un menu carte blanche. Une étoile au guide Michelin pour ce Chef venu du Mexique et une cuisine d'une grande finesse qui vaut le détour.

Dimanche, avant de quitter Paris nous profitons du marché de la Bastille pour terminer en beauté et acheter un pique-nique digne des Gourmettes et nous nous régalons dans le TGV du retour.

Ursula Reichenbach, membre observatrice



NOTRE COUP DE CŒUR

Indra Carillo, un jeune chef venu du Mexique, riche d'une expérience culinaire dans neuf pays différents. Une cuisine pleine de surprises et de finesse. Une étoile Michelin depuis 2019.
Restaurant « La Condesa »
75009 Paris
www.lacondesa-paris.com



2019-2020 *La vie des sections*



UN PRINTEMPS EMPREINT DE SOUVENIRS

Cette période de confinement, sans pouvoir se rencontrer autour d'un verre de vin et déguster un exquis repas ensemble, nous emmène toutes, à revivre le printemps culinaire 2019.

Grâce à la précieuse collaboration de notre photographe-illustratrice, Ursula Fuhrer, nous éditons chaque année un petit livre où toutes nos réunions et excursions sont recensées. Feuilletter ces quelques pages est actuellement un petit bonheur qui nous permet de rester en pensée les unes avec les autres et parfois aussi de s'inspirer d'une des recettes illustrées.

Au printemps de l'année dernière, le curry était la star de la soirée. Le menu était composé d'une soupe aux lentilles indiennes, de crevettes en éventail d'asperges au curry doux, d'une potée de poulet au curry rouge



et d'un parfait mangue-curry. Un délicieux menu proposé par le trio Claudine Meyer, Ursula Fuhrer et Karin Gautschi.

Voici pour émoustiller vos papilles la recette

de notre entrée : les crevettes en éventail d'asperges et curry doux.

Prisca Freivogel-Siegel

Vinaigrette de grosses crevettes en éventail d'asperges et curry doux

Pour 4 personnes

- 8 queues de grosses crevettes décortiquées (garder le dernier anneau et l'éventail de la queue), retirer le boyau en incisant légèrement l'arrondi
- Sel de Guérande, huile d'olive ou de colza
- Petits bouquets de salade
- 3 à 5 asperges vertes par personne, légèrement pelées et cuites croquantes à l'eau salée

Préparation

- 1 La sauce peut être faite à l'avance : faire fondre le beurre, ajouter le curry à la brunoise de légumes et laisser revenir le tout.
- 2 Déglacer ensuite avec le vinaigre, ajouter le Tabasco et la sauce Worcestershire selon les goûts,

assaisonner, cuire deux minutes, refroidir puis ajouter l'huile. Réserver.

- 3 Dans une poêle en téflon chauffer 20 g d'huile, y sauter vivement les queues de crevettes assaisonnées.
- 4 Garder au chaud 90°C dans un plat environ 3 minutes pour reposer.

Finition

- 5 Garnir les assiettes de salade et d'asperges tiédies.
- 6 Mettre au fond la sauce curry également tiède.
- 7 Dresser les crevettes, décorer d'un brin d'herbe et déguster avec un vin blanc très sec.



Pour la sauce

- 60 g de carotte, chou-pomme et oignon mélangés et coupés en fine brunoise
- 20 g de beurre
- 0.4 dl de vinaigre de pomme (ou de vin blanc)
- 0.8 dl d'huile de tournesol
- Tabasco, sauce Worcestershire
- 1 petite cs de poudre de curry, sel, poivre

recette de Marie-Claire Matthys



UNE JOURNÉE AU SOMMET !

Toujours enthousiaste et adepte des idées les plus folles, la Section du Chablais n'a pas hésité une seconde avant de se proposer pour l'organisation de l'édition 2020 de l'Assemblée des présidentes des Gourmettes suisses. Pour ce 11 mars 2020, les membres de la section ont souhaité « en mettre plein la vue » aux élites de notre association en commençant par le choix du lieu : le restaurant panoramique du Kuklos à Leysin !

Malheureusement, ce jour-là, le ciel n'avait pas choisi de laisser les nuages s'écarter pour laisser apparaître le magnifique paysage qui s'offre depuis les 2048m. d'altitude de la Berneuse. Pour arriver à l'apéritif dînatoire, c'est donc en cabine mais dans le brouillard que nos chères présidentes ont grimpé au sommet de la montagne.

Qu'à cela ne tienne, l'apéritif sut détourner l'attention des yeux vers la réjouissance des papilles en brillant de ses mille saveurs : pain canadien, mini-taillé aux greubons, croquant à la truite fumée, mini-choux à la mousse de moutarde et boutefas sans oublier les magnifiques plateaux de fromage de la laiterie de Leysin. Pour compléter le festin, une délicieuse soupe de chalet vint réchauffer les convives.



Avant de goûter aux gourmandises sucrées, le mot de bienvenue du Syndic des lieux, Jean-Marc Udriot, donna l'occasion d'en apprendre un peu plus sur le passé de la station des Alpes vaudoises. Reconnu pour son climat sain, Leysin fut, au début du 20^{ème} siècle, la terre d'accueil des malades de la tuberculose venus se soigner dans les nombreux sanatoriums du village. Suite à la découverte d'un traitement antibiotique contre cette maladie dans les années 50 et à la nécessité économique de trouver une solution à la fermeture progressive des cliniques, le village se convertira en station de tourisme d'hiver en transformant les sanatoriums en hôtels.

Après cet intermède historique, la nouvelle membre star de la section du Chablais et présidente des Gourmettes suisses, Marie-

France Derkenne, reprit les rênes de la réunion pour traiter des nombreux sujets à discuter... dont notre Gazette !

Pour clore en beauté cette assemblée au sommet, les petites mains de la section



du Chablais avaient dressé pendant les discussions le buffet de dessert et le café. Pour régaler les papilles des présidentes et les reconforter après leur dur labeur, il y avait au menu : salée des Ormonts, tartelettes au citron, brownies, carrés de Linz, mini-Stollen, mousses au vin cuit, ananas au basilic et mini tartes tatin. Malgré la bonne humeur des participantes, le soleil garda ses atours pour un autre jour... qu'importe, il était dans nos cœurs pour accueillir chaleureusement nos convives présidentes dans le Chablais !

Marie-Luce Duroux Barman



LYON, SES BRASSERIES ET BOUCHONS, BOCUSE...

Dans le cadre de notre voyage annuel des Gourmettes, notre escapade teintée de franche camaraderie d'octobre dernier à Lyon, nous a permis de découvrir ou de redécouvrir la capitale des Gaules, une des villes les plus intéressantes et les plus gourmandes de France. Entre brasseries et bouchons où l'on mange une nourriture traditionnelle riche en goût et en calories, ces vrais bistrotis authentiques proposent une ambiance très conviviale avec des nappes à carreaux. Un des bouchons les plus connus et appréciés «*Chez Daniel et Denise*» proche de la cathédrale Sain-Jean-Baptiste nous a séduites. La ville qui regorge aussi de grands chefs et jeunes talents a comblé de plaisir notre groupe composé de Dagmar, Geneviève, Viviane et Elsa.



Le point d'orgue de notre voyage lyonnais a été sans aucun doute, le souper au restaurant Paul Bocuse à Collonges au Mont d'Or où l'on afflue du monde entier. Manger au restaurant Paul Bocuse, c'est un peu comme aller au cirque sous le plus grand chapiteau du monde : le spectacle est total, les artistes connaissent leurs acrobaties sur le bout des doigts, les numéros sont réglés au millimètre et à la seconde près par des professionnels alliant compétences et sympathie.

C'est dans cet établissement tenu par ses parents à proximité de Lyon qu'a grandi Paul Bocuse. Surnommé le Cuisinier du Siècle, Paul Bocuse qui est décédé en janvier 2018 a fait saliver le monde entier pendant plusieurs décennies grâce à une cuisine aussi traditionnelle que raffinée.



Nos papilles étaient en fête et nos yeux émerveillés ont pu déguster quelques uns des plats qui ont fait la renommée planétaire du pape de Collonges au Mont d'Or. L'extraordinaire soupe aux truffes VGE (Valéry Giscard d'Estaing), un consommé à la truffe surmonté d'un dôme de pâte feuilletée créé en 1975 lors de sa remise de la Légion d'honneur à l'Elysée par le président français nous a ravies. Nous avons aussi dégusté avec bonheur la célèbre volaille de Bresse en vessie où Paul Bocuse rend hommage à Eugénie Brazier, première femme triplement étoilée en 1933 et qui lui a appris les bases de la gastronomie. Il s'agit d'une volaille truffée sous la peau et cuite dans une vessie de porc, gonflée comme un ballon. Tant de souvenirs gourmands que nous garderons longtemps dans nos cœurs et nos mémoires.



Elsa Fonzo



DIRECTION LYON POUR UN BEAU MOMENT D'AMITIÉ

Notre départ pour la ville des lumières s'est fait dans la rigolade puisque malgré notre ponctualité bien suisse et avec l'aide des CFF, nous avons réussi à manquer notre correspondance pour Lyon à Genève. Ce petit incident n'aura fait que prolonger le plaisir de l'apéro dans le train qu'avaient si bien organisé Sylvie et Sonia ! Ce fut bien arrosé et bien joyeux !

Arrivées un peu plus tard que prévu, juste le temps de prendre possession de nos chambres, nous avons passé la soirée au Cèdre bleu avec des spécialités... euh, pas spécialement du coin mais divinement bonnes... Un vrai mezze libanais : houmous, taboulé, keftas, falafels, caviar d'aubergines, beignets de viande, rouleau au fromage, pain pitta et j'en passe... Nous nous sommes toutes régalingées !

Un des points forts de notre séjour a été le cours de cuisine du samedi matin à la Cour des Loges, hôtel de prestige et bâtiment empreint de l'histoire du Vieux-Lyon, avec le chef Anthony Bonnet. Crémeux de cresson, légumes confits au miel, dessert poires-fenouil-caramel, le chef et ses marmitons nous ont livré quelques-uns de leurs petits secrets ; le secret de la sauce caramel et des papillotes de légumes mais aussi le

maniement du couteau pour lequel Sylvie nous a évidemment toutes bluffées. Nous avons terminé le tout en apothéose avec un succulent repas dans un cadre magnifique. Qui dit « sortie féminine » dit forcément « après-midi shopping »... C'est en petits groupes que nous avons arpenté quelques rues commerçantes de la ville tout ce qui restait du samedi après-midi.

Quelques peu repues du festin de midi, nous avons pris un souper léger dans une jolie brasserie du coin, puis escaladé le quartier pentu de la Croix Rousse pour atteindre le Nombriil du Monde où deux filles incroyables nous ont présenté un spectacle hilarant.

Après quelques heures dans les bras de Morphée, nous sommes reparties à la découverte des fameuses Halles Paul Bocuse, haut lieu des papilles, institution mythique de la bonne chère et carrefour incontournable des goûts et saveurs. Après de copieuses emplettes chez les charcutiers, pâtisseries, fromagers, cavistes et quelques autres maîtres-artisans de la place, c'était déjà l'heure de notre prochaine dégustation : huîtres, jambon cru et autres spécialités...

Miam !

Ces trois jours ont passé très très vite... Tout de même un peu tristounettes à l'idée de se quitter après ces beaux moments d'amitié, nous avons embrassé Tania, notre présidente, à qui nous devons l'organisation de ce week-end extra qui restera à coup sûr gravé dans nos mémoires ! Merci encore Tania pour ta belle énergie! Et quant à Lyon, nous y reviendrons, c'est sûr !

Anne Sluga



UNE CUISINE FLAMBANT NEUVE

Les gourmets de Genève ont inauguré leur nouvelle appellation de « Gourmets de Genève et de Terre Sainte » en janvier 2020 dans leur nouveau local. Une cuisine ménagère toute neuve au Collège de Terre Sainte à Coppet.

Un grand merci à l'équipe, menée tambour battant par Christina Edwards qui a effectué le déménagement. Pour l'année 2020 nous nous sommes donné comme thème, les 75 ans des Nations Unies. Libre à chaque équipe de cuisine de l'interpréter à sa guise. En février nous avons célébré San Francisco où les premières réunions eurent lieu, puis en mars nous avons célébré Genève.

Depuis malheureusement, avec l'actualité COVID-19, nous sommes comme toutes,

momentanément en pause. Nous avons prévu en avril, un apéro virtuel collectif avec Zoom. Nous vous en donnerons des nouvelles. Nous souhaitons à toutes les Gourmets SANTÉ ! En ce moment nous profitons chacune du confinement pour essayer et échanger des nouvelles recettes sur notre site commun de WhatsApp.

Carol Kohler



ESCAPADE À FRUTIGEN

Notre sortie automnale avait un but mythique : le Grand Hôtel de Giessbach, sur le lac de Thoune, et la découverte du caviar suisse de Frutigen.



Retrouvailles à Nyon, direction l'Oberland bernois. Dès Montreux, un wagon panoramique au toit de verre nous éloigne du Lac Léman et prenant de la hauteur, malgré un temps maussade, nous permet d'admirer les troupeaux dans les pâturages, les montagnes et les vieux chalets fleuris jusqu'à Zweisimmen. De là, nous continuons jusqu'à Interlaken où nous déjeunons « asiatique », puis départ en bateau : sous la pluie le lac offre



des couleurs laiteuses d'un bleu vert clair fascinant. Arrivée au débarcadère caché dans la verdure. Un funiculaire à la pente très raide nous hisse jusqu'au Grand Hôtel de Giessbach qui domine le lac, tout à côté de son impressionnante cascade. Découverte de cet ancien hôtel rénové et de ses chambres offrant une vue splendide sur le lac. La pluie ne retient pas les intrépides engagées dans une promenade dans la forêt au bruit de la cascade toute proche, d'autres découvrent le confort de l'hôtel. Dîner succulent, desserts maison apprêtés avec un soin raffiné. Les chambres sont belles et appellent à goûter au confort du lit.

L'aube découvre peu à peu un ciel sans nuage sur un lac d'un bleu intense. Petit déjeuner

très copieux et varié. Un bus nous emmène jusqu'à Spiez et le train nous dépose à Frutigen où nous visitons le Tropenhaus, son jardin botanique où courent des petites caillies de Chine et la découverte des bassins d'élevage des esturgeons (achat de caviar suisse). L'heure du déjeuner nous amène dans un bon restaurant local à l'accueil chaleureux. De là nous reprenons le train pour Berne, puis retour jusqu'à Nyon, puis Genève atteinte en début de soirée.

Deux jours qui nous ont transposées dans ce lieu féerique des bords paisibles du lac de Thoune et de ses environs dont nous gardons un souvenir enchanté.

Martine Gross



UNE ANNÉE DE VOYAGES CULINAIRES

Pas d'escapade pour la section Gros-de-Vaud en 2019 mais des voyages culinaires qui nous ont fait saliver, un peu grimacer parfois, mais surtout de belles découvertes.

Début des festivités en Russie : pour clore le repas, un dessert original : la Paskha, dessert préparé dans un moule en bois venu tout droit de Russie.

En avril, départ pour l'Italie, et ses délicieux antipasti. Que c'était bon ces petits anchois...

Arrivée au Japon en mai. Repas original et bon. Dessert à l'aspect particulier et goût surprenant : une glace au sésame noir et financier au thé Matcha.

En septembre nous restons au pays... Bâle, Zurich, Genève, Vaud et Grisons avec accueil au son du cor des Alpes !

Fin de nos voyages en octobre au Portugal. En fin de repas dégustation pour les plus courageuses d'un fromage typique et bien sûr, les traditionnelles et délicieuses « Pastéis de Nata ».

Annelise Dépraz et Pascale Moser



**REPAS GASTRO-GOURMETTES DU 2 NOVEMBRE 2019
A DUILLIER**

Imaginez une ruche bourdonnante, chacune à sa place et à sa tâche pour préparer notre repas du 2 novembre 2019 à la Grande Salle de Duillier et accueillir nos 97 convives. Une clientèle de multiples origines adeptes de gastronomie, que nous choisons d'année en année.

Les préparatifs pour cette fête se sont déroulés chez Françoise et son mari qui nous ont reçues avec gentillesse et disponibilité, cela pour presque une semaine. Dans une joyeuse ambiance mais aussi organisée.

Quel plaisir de voir ces tables décorées de callas dans des tons orangés, et de servir avec fierté nos convives, malgré une grande

effervescence en cuisine. Quelques maris sont venus nous prêter main forte pour le service, un grand merci à eux.

Le repas s'est déroulé dans une ambiance festive et conviviale remplie d'émotion.

Tout cela pour vous dire, chères Gourmettes, que ce fût une belle soirée.

Nadine Bezençon

Menu

**Caviar d'artichauts à l'orange
Gaspacho de betterave rouge
aux pommes
Sablé tout parmesan**

* * *

**Foie gras aux légumes
en barigoule**

* * *

Moqueca de lotte

* * *

**Ballotine de poulet aux gambas
et épices, céleri en gratin**

* * *

**Gruyère de Penthéréaz,
bavarois de Roquefort aux raisins,
tomme de la Venoge**

* * *

**Papillote de fruits d'hiver,
parfait glacé aux noix,
macarons aux amandes**

* * *

**Chasselas 2018
J.D. Coeytaux, Yens**

**Gamay 2018
J.D. Coeytaux, Yens**

* * *

Café, thé





NOTRE LOTO ANNUEL !

Section : Lausanne

Année : chaque année

Mois : février

Convocation : assemblée, repas et... devinez ?

Un loto système fribourgeois !

Chaque Gourmette apporte 3 paquets emballés au gré de sa fantaisie. Sous la houlette de notre Gourmette Monique Duvoisin, préparatrice et vendeuse de cartons, voici le 1^{er} numéro ! Nos cuisinières crient quine par si, carton par-là, un moment très amusant et sympathique ! Aucune perdante, un paquet et une fleur de la déco à chaque Gourmette !

Une soirée pleine de rires et d'amitié !

Mireille Buchs



BALLADE CHEZ TRISTAN ET SES DOUCEURS

Un voyage au pays des saveurs chez Tristan, chocolatier à Perroy, avec des pistaches iraniennes, des noisettes du Piémont et des gousses de vanille de Madagascar, de quoi se régaler !

On sent cette passion chez Tristan par sa communication, sa générosité et sa gourmandise.

Après cette visite tout en douceur, les amatrices de chocolat comme nous, les Gourmettes, avons tout goûté et tout acheté. Avant de repartir, Tristan nous a gentiment offert une pause-café bien garnie !

Un plaisir dégustatif fondant dans la bouche !

Retour à la maison avec nos petits paquets !!!

Mireille Buchs

Bonbons de calamars, sauce poutargue

Pour 18 bonbons

- 6 calamars de 12 cm environ (à faire nettoyer par le poissonnier)
- 60 gr net de Poutargue
- 9 petits poireaux crayon
- Quelques gouttes de jus de mandarine
- Poivre blanc bio de Kampot (poivre du Cambodge)
- 9 cl huile d'olive vierge extra
- Sel

1 Préparation

Coupez les calamars en morceaux. Mixez-les pour obtenir une pâte homogène assez collante. Salez légèrement, poivrez.

2 Passez vos mains sous l'eau froide puis, avec la chair des calamars, façonnez 18 boulettes de 3 cm de diamètre. Enveloppez-les comme des bonbons dans des carrés de 10 x 10 cm de film alimentaire. Placez au frais.

3 Nettoyez les poireaux. Faites-les cuire 4 minutes dans l'eau bouillante salée. Egouttez-les en gardant l'eau de cuisson, puis plongez-les immédiatement dans de l'eau glacée et épongez-les. Coupez-les en deux dans l'épaisseur. A l'aide d'un pinceau, badigeonnez légèrement chaque demi-poireau d'huile d'olive. Enroulez-les sur eux-mêmes pour former des socles de 4 cm de diamètre environ.

4 Prélevez 36 fins copeaux de poutargue. Réservez-les. Coupez le reste de la poutargue en petits morceaux, mixez-les avec 5 cl d'eau chaude. Incorporez l'huile d'olive, puis le jus de mandarine.

5 Portez l'eau de cuisson des poireaux à ébullition en ajoutant un peu d'eau et faites pocher les bonbons de calamar 2 minutes à frémissement. Egouttez-les, laissez-les refroidir, puis retirez le film.

6 Répartissez les socles de poireau sur six petites assiettes. Déposez sur chacun un bonbon de calamar. Parsemez de copeaux de poutargue et décorez de quelques gouttes de sauce. Présentez le reste de sauce dans une saucière.



CHAMBERY : CAPITALE DES DUCS DE SAVOIE

Un peu d'histoire. La ville est acquise par le Comte de Savoie, Amédée V, en 1295, qui en fait un Comté et la capitale des Etats de Savoie. Ce sont les premières traces de l'existence de Chambéry en tant que cité. Le Comté de Savoie devient Duché de Savoie en 1416, sous l'autorité d'Amédée VII, qui fait de Chambéry sa capitale. Le Château des Ducs fut la résidence de la Maison de Savoie, portant les titres de Ducs et Comtes de Savoie, de Rois de Sardaigne et Rois d'Italie.



Jeudi matin, 11h00

Il fait beau, « trop beau ». La canicule annoncée s'est abattue sur Chambéry. Le thermomètre flirte déjà avec les 30 degrés.

12h00

Excellente escale au Onze Grandes et Trois Petites. On recommande.

14h30

Visite guidée de la cité, sous la dénomination «Château, Ruelles et Confidences ». Les 38 degrés sont atteints. Les plus téméraires emboîtent le pas de la guide, à grands coup d'éventails et de brumisateurs. Elle choisit de nous conter l'histoire et ses secrets, au frais dans la cathédrale Saint-François-De-Sales puis dans la Sainte Chapelle au cœur du Château. Passionnant.

19h00

Les taxis nous emmènent au Château de Candie, table qui, à elle seule, a dicté le choix de Chambéry. Nous découvrons une magnifique bâtisse et son grand jardin, havre de verdure. Les tables y sont élégamment dressées.

Le Chignin-Bergeron, AOC Vin de Savoie depuis 1973, élaboré à partir du cépage Roussanne typique de la région, est également appelé localement le Bergeron. Sa robe dorée, des arômes de citronnelle, de magnolia et d'abricots en font un apéritif parfait. Trois amuse-bouche l'accompagnent, suivis d'un vitello tonnato léger et joliment revisité.



S'ensuivront Foie gras de canard, gelée exotique de mangue et brioche toastée – Homard bleu, tartare de tomates oubliées et son consommé glacé – Omble chevalier, chou-fleur en texture, fumet de poisson crémé - Riz de veau croustillant sur asperges et petits pois, jus clair. Malgré la nuit tombée,



la température est encore de 30 degrés. De l'avis général, impasse sur les fromages ! L'Assiette Gourmande autour du chocolat se métamorphose en rafraîchissants sorbets, dont une goûteuse découverte au Génépi.

Si l'on ajoute à cette évocation des dressages au rendu harmonieux et raffiné, un personnel attentif à nos demandes d'alternatives au menu

réservé, un service aimable et efficace, voilà qui justifie assurément notre déplacement dans la capitale savoyarde.

A relever... les cafés sont offerts ainsi que plusieurs bouteilles d'eau lors de l'attente de nos taxis.

Vendredi matin

En route pour les Halles. Paniers remplis, nous nous installons sur la terrasse confidentielle et ombragée du Restaurant des Halles. Le menu du jour propose divers carpaccios et tartares dissimulés sur un « fouillis » de salade accompagné de paniers de frites. De la fraîcheur sous une chape de plomb !

14h30

Par bonheur, nos GPS nous amènent sans encombre à Vaulx, aux Jardins Secrets, Label Jardin Remarquable depuis 2018.

Existant depuis 1994, ce projet un peu fou (c'est peu de le dire !) est l'oeuvre d'un couple, Nicole et Alain Moumen. Une balade dépaysante sur 7000m² invitant chacun à plonger dans des jardins thématiques. Féerie de couleurs et mélanges de styles offrent aux visiteurs une expérience sensorielle inédite qui les emmèneront des campagnes savoyardes jusqu'au palais orientaux en passant par l'Andalousie... Tout un programme !

En conclusion, en deux jours, nous avons fait le plein de chaleur et particules en suspension, de découvertes historiques et culturelles insoupçonnées, de moments joyeux et gourmands, de partage et d'Amitié. Peu connue, Chambéry nous a dévoilé ses charmes. Nous ne pouvons que recommander à tout un chacun d'y faire escapade.

Murielle von Gunten



VOYAGE À BOLOGNE DU 10 AU 13 OCTOBRE 2019

Le jeudi matin nous sommes parties de Lugano avec nos maris et un couple d'amis pour Bologna. Avant d'arriver en ville nous avons visité Fico. C'est un des plus grands parcs agroalimentaires du monde, faisant partie de la chaîne Eataly. Nous avons déjeuné, puis nous sommes promenés dans ses 8'000 m² et 150 entreprises alimentaires. A l'extérieur on découvre 2'000 m² qui hébergent vaches, chèvres, agneaux, porcs. Après nos dégustations et nos achats nous sommes repartis pour Bologna.



Le soir nous avons dîné dans le restaurant Ex Ghiacciaia de l'Hôtel Portici. Il s'agit d'une cave du XIV^e siècle qui était anciennement utilisée comme réfrigérateur. L'endroit est très pittoresque et le dîner était très bon.

Le vendredi matin nous avons commencé la visite de Bologna avec un guide qui nous a

emmenés parmi les monuments, les ruelles et les palais historiques de la ville. Après le déjeuner nous avons participé à un cours de cuisine à base de pâtes et de raviolis. Très sympa et amusant. A la fin du cours nos maris se sont unis à nous pour le dîner.

Le samedi nous sommes partis pour Modena où nous avons visité une ferme produisant du parmesan, puis un artisan de vinaigre balsamique nous a expliqué toutes les étapes de la production de ces produits très typiques de la région. Très intéressant. Cela va sans dire que nous avons continué nos achats alimentaires. Au retour nous avons visité le musée de l'histoire de Bologna. Le soir nous avons dîné au restaurant Il Caminetto d'Oro. Le dimanche nous sommes allés à Maranello pour la visite du Museo Enzo Ferrari pour la joie de nos maris et pour la nôtre aussi. Après avoir suivi un guide qui nous a montré et expliqué de très beaux exemplaires de Ferrari, nous sommes allés au restaurant Il Cavallino, lieu empli de souvenirs Ferrari.

Retour à Lugano dans la soirée très satisfaits, contents, ayant bien mangé et notre bus regorgeant de bonnes choses.

Claudia Bolliger

Tortelloni bolognesi

Pour 6 personnes

Pâte

- 3 oeufs
- 210 gr. de farine 00
- 80 gr. de farine de blé dur

Farce

- 250 gr. de ricotta de vache
- 80 g de Parmigiano Reggiano
- 30 g de persil
- Sauge
- Beurre
- Parmigiano Reggiano

Préparation

- ① Pétrir les farines et le oeufs pendant 5 à 10 minutes, laisser reposer la pâte obtenue pendant une vingtaine de minutes et l'abaisser jusqu'à 2 millimètres d'épaisseur.
- ② Pour la farce, mélanger le persil, la ricotta et le parmesan et mixer.
- ③ Faire des carrés avec la pâte de 6x6 cm, déposer la farce au milieu et fermer les carrés en triangle. Unir les 2 pointes de la base du triangle pour obtenir le tortellone.



- ④ Faire bouillir les tortellonis à l'eau salée, les égoutter, les passer à la poêle avec de la sauge, du beurre et un peu d'eau. Servir avec du Parmigiano Reggiano.

RENCONTRE GOURMETTES... IN EXTREMIS !

Les bons vœux du Nouvel-An 2019 pour 2020 auraient été (avec le recul) : Ne pouvons-nous pas passer directement en 2021 ?

Voilà une année 2020 bien étrange, je pense qu'on s'en souviendra mais pas pour de bonnes raisons.

Notre section, comme toutes, je présume, s'est mise en « Stand-by ».

De justesse... en février, nous avons eu le privilège de mettre les pieds sous la table du restaurant le « 42 » à Champéry.

Très belle découverte pour la majorité d'entre nous et révélation du nouveau menu pour les « aficionados » de cette adresse.

Nous avons été soignées aux petits oignons par ce jeune couple. Monsieur aux fourneaux et Madame au contact direct de Gourmettes exigeantes mais tellement reconnaissantes de pouvoir passer les instants magiques que de bons plats et de bonnes bouteilles (nous sommes en Valais que diable... !!) peuvent générer.

Malgré la situation, nous n'avons jamais autant communiqué. Vive WhatsApp !! Photos et recettes de cuisine sont postées



régulièrement et notre Présidente Ruth prend des nouvelles de nos membres amies toutes les semaines.

En attendant, nous espérons pouvoir nous revoir toutes en septembre et vous raconter de nouvelles aventures.

Et comme on ne cesse de le répéter « prenez soin de vous ».

Patricia Voisin



CHRONIQUE D'UNE CANDIDATE « GOURMETTE » EN SEMI-CONFINEMENT

Section de Montreux ! Janvier 2020, quatre Gourmettes candidates en attente du fameux coup de spatule ! Eh bien non ! Il nous faudra attendre septembre pour recevoir notre dû !

Février 2020 ! Notre dernière réunion gastronomique autour de mets sélects et délicats concoctés avec délectation sur le vaste thème de la cuisine française...Mmh !

Mi-mars 2020 ! C'est fini, nous sommes toutes confinées à domicile...du coup...passion oblige...dans nos cuisines et au fourneau.

C'est à partir de ce moment que tout est parti ! Notre joyeux groupe instaure mutuellement et tout naturellement une communication écrite via les « Gourmettes » sur WhatsApp : nous photographions nos plats gourmands, échangeons nos recettes, des plats du quotidien parfois tout simples mais tellement appétissants. A plusieurs

reprises, le dimanche, nous aurions pu partager cinq, six ou même sept tresses ! Au plus sombre de cette crise, nous nous sommes envoyées des fleurs de manière quotidienne. Nous avons partagé nos balades en photos et en vidéos pour en faire profiter celles qui ne sortaient pas. Nous avons même eu droit à un menu « Gourmettes en solo »

pour remplacer symboliquement l'une de nos rencontres planifiées. Et je n'omettrai pas toutes les plaisanteries, gags, jeux de mots - sous toutes les formes - qui ont circulé ! Nos amies les bêtes que nous pouvions encore serrer dans nos bras n'ont pas été en reste. Une bonne humeur contagieuse nous a soutenues mutuellement durant



SECTION *Neuchâtel*

cette période compliquée... Plus de 1100 liens, photos, vidéos ont été échangés entre la mi-mars et la fin mai sans compter les innombrables messages écrits associés à une ribambelle d'émoticônes.

Je suis fière et ravie d'avoir rejoint les « Gourmettes » de la section de Montreux ! Nous formons une équipe dynamique, joyeuse, créative et fière de vivre notre passion au quotidien et de la partager. Il fait bon de devenir une « Gourmette » !

Elisabeth Légeret



LES NEUCHÂTELOISES PRENNENT LE LARGE

En juin à Neuchâtel, pas de cuisine ... c'est bientôt les vacances, aussi la cuisine du collège est fermée pour cause de grands nettoyages. Voilà une occasion idéale pour prendre le large, mercredi 27.06.18.

Une jolie promenade au pied du Jura bien fleuri nous mène à Sévery pour y visiter le Moulin. On y presse les noix depuis plus de 400 ans. Notre guide nous détaille toutes les étapes de l'extraction : broyage, torréfaction, démoulage. La production d'huile d'oléagineux locaux –selon les méthodes ancestrales de fabrication – n'a plus de secret pour nous.

C'est à la boutique que se termine notre visite par la dégustation de produits régionaux de grande qualité.

Sur la route, halte pétillante sur une terrasse ombragée, Bruna nous fait cadeau d'une coupe de Champagne.

Prochaine étape : « La Fabrique », à Champagne.

Visite du petit musée interactif, circuit didactique conduisant aux coulisses de la boulangerie. Après un bref passage en boutique il est temps de passer à table. C'est au dernier étage de La Fabrique que nous nous installons sur la terrasse du restaurant bistronomique 1424.

Bons moments gourmands en dégustant des plats très goûteux et joliment présentés dans une ambiance amicale et chaleureuse.

Dominique Dubois



LE JOUR AVANT LE CONFINEMENT

Jeudi 12 mars 2020 nous nous retrouvons dans notre local de Chermignon pour notre traditionnel repas mensuel.

En cuisine, Laurence et Marylise nous ont concocté un succulent repas haut en couleurs et en saveurs italiennes et une décoration florale comme toujours magnifique aux couleurs printanières.

Le repas se déroule comme à l'accoutumée dans une ambiance des plus chaleureuses et amicales. Une petite note particulière toutefois en raison du début de cette pandémie. En effet, nous venons d'apprendre que la salle qui nous accueille sera fermée dès le lendemain et pour une durée indéterminée.

Nous profitons donc de cette soirée et l'apprécions toutes doublement. La section NLC c'est ça. Un petit groupe composé de 5 personnes unies par des liens d'amitié solides.

Sandra Charmillot



Menu

Endives farcies

* * *

**Foie gras aux légumes
en barigoule**

* * *

**« La vie en rose »
risotto à la betterave**

* * *

**Ballotine de poulet aux gambas
et épices, céleri en gratin**

* * *

**Involtini aux pistaches
sauce à l'orange
Duo de légumes de saison**

* * *

Baba au Limoncello





NOTRE SORTIE À L'ERMITAGE DE LA FAMILLE RAVET

Toute l'équipe de notre section était présente lors de notre sortie gastronomique le jeudi soir du 10 octobre 2019 au restaurant l'Ermitage de Vufflens-le-Château, tenu par la famille Ravet - Bernard et Ruth - Guy et Nathalie.

Nous avons été chaleureusement accueillis pour prendre l'apéritif devant la cheminée. Afin de ne pas trop charger le bateau, notre présidente a demandé au préalable un apéritif sans alcool et nous avons pu faire la découverte d'un Wonderleaf tonic, un gin tonic sans alcool étonnant et très bon !

Ce début de repas était accompagné d'arancini de boudin - salametti de cerf - chou mignon d'écrasée de rouget au verjus - tuile à l'encre de seiche - romanesco sablé au pavot - chioggia à l'aigre doux, rebibe de Gstaad, crème de gentiane, pistaches.

Ensuite nous avons pu visiter la cuisine où les 3 générations œuvrent car le petit-fils (fils de Nathalie, elle-même fille de Bernard et Ruth) les a rejoint .

Ils ont conservé un tourne - broche d'époque qu'ils utilisent encore .

Puis nous sommes allées nous installer autour de la table sur laquelle se trouvait une variété de petits pains maison croustillants et délicieux pour accompagner le menu Passionnata. Tout au long de l'année 2019,

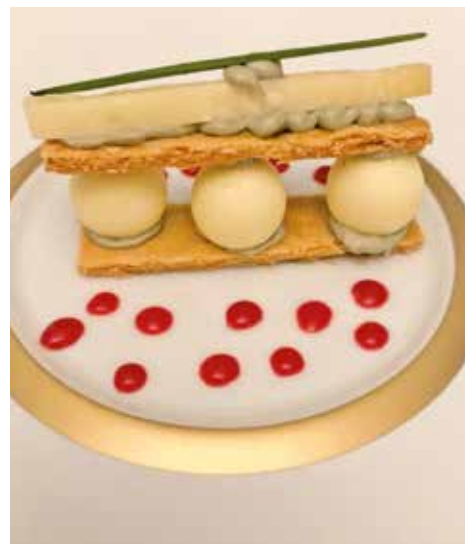
des menus Passionnata étaient proposés pour fêter les 30 ans de la famille Ravet à Vufflens ! Nathalie, sommelière exceptionnelle, nous a proposé une sélection de leur gamme de « vins vivants », choisis et vinifiés selon leurs goûts et élaborés par la Cave de la Côte de Tolochenaz, très intéressants :

- Un Viognier blanc
- Un Pinot de Vufflens
- Un Bernardin rouge

Notre menu Passionnata a été servi dans une belle vaisselle, différente à chaque plat, et joliment dressé.

Nous avons débuté par une mise en bouche, suivie de 7 plats exceptionnels et des mignardises ont accompagné les cafés... Un mariage de saveurs tout au long de la soirée !

Evelyne Stoudmann



UNE GRANDE TABLÉE POUR NOËL

Cette année, c'est accompagnées de nos conjoints que nous avons choisi de partager le repas de décembre. Nous avons ainsi pu offrir un festin de Noël plein de chaleur et de générosité à notre grande tablée composée de vingt-deux convives, pour la plupart gastronomes avertis !

Pour un tel challenge, nous étions toutes aux fourneaux et n'avons pas lésiné sur les produits qui font rêver. En partant du saumon à la mangue, du potimarron au foie gras, nous avons continué avec des rillettes d'oie confites, puis des aiguillettes de bœuf à la moelle. Pour le bœuf, nous avons choisi une recette généreuse et goûteuse créée par le boucher Yves Mercanton à Chernex. Recette qui nous a toutefois donné du fil à retordre lorsqu'il s'est agi de vider vingt-deux os à moelle. Ça ne marche pas comme ça ! N'arrivant à aucun résultat, nous avons appelé le boucher directement depuis notre cuisine. Celui-ci, plutôt surpris mais aussi flatté d'avoir à aider une bande de Gourmettes en panique, nous a donné son truc : les tremper quelques minutes dans de l'eau bouillante et tout va bien ! C'est ainsi que le repas s'est finalement très bien passé, laissant dans nos souvenirs une belle fête pleine de brillance et de générosité.

Liliane de Berville et Nicole Monnier



Aiguillettes de bœuf à la moelle

Ingrédients pour 4 personnes

- 800 g d'aiguillette de bœuf
- 4 os à moelle
- 1 bouquet de thym frais

Préparation

① Préchauffer le four à 220°C. Vider les os à moelle. Sur une plaque allant au four, déposer les os à moelle évidés, puis poser la viande directement sur les os. Glisser le thym frais sous la viande. Rôtir la viande au

four pendant 15 minutes. La retirer du four, couvrir de papier d'aluminium et laisser reposer pendant 10 minutes.

Astuce :

Pour retirer facilement la moelle des os, les déposer dans une casserole d'eau bouillante pendant quelques minutes.



Menu

Tartare de saumon
fumé à la mangue
Gaspacho de carotte orange
et chantilly de daurade
Potimarron aux épices
et son foie gras
Vin pétillant La Folie
de la cave Mayor à Vevey

* * *

Rillettes d'oie aux pommes
Gamay « Vieilles Vignes »
de la ville de Vevey

* * *

Aiguillettes de bœuf à la moelle
sauce marchand de vin
Légumes confits
et gratin de pommes de terre
façon Girardet
Syrah de Clivaz à Flanthey

* * *

Plateau de fromages
Dézaley de la cave Mayor

* * *

Les Gourmandises
« Surprises d'un soir »
Doudou des Dames Delarze
à Aigle

* * *

Le café et sa perle de Lorraine

UNE JOURNEE ENTRE CULTURE ET GOURMANDISE

La fin de l'été approchait à grand pas quand nous, les Gourmettes de Sierre, nous sommes retrouvées pour passer une journée d'amitié hors de notre beau Canton du Valais. L'organisatrice a pris un risque car... n'habitons-nous pas dans la plus belle région de la Suisse ? Courage !!! De temps en temps il faut oser dans la vie !

La première condition de participation « la bonne humeur », était déjà parfaitement remplie et le temps était également favorable pour cette aventure. Une fois réparties dans les voitures à disposition, nous avons pris la direction du Canton de Vaud. En passant par l'autoroute, sur les hauts des vignes du Lavaux avec le Lac Léman qui reflétait déjà le soleil, nous avons eu le souffle coupé par le magnifique paysage ! Un premier stop café/croissants s'imposait au plus tard dans le Gros de Vaud. Et... c'était très bon ! Le café bien chaud et fort, les croissants tièdes et croustillants. Est-il possible qu'il y ait encore d'autres régions (à part le Valais) qui savent apprécier les bonnes choses ?

Avant la gourmandise, la culture était au programme puisqu'il fallait d'abord mériter le repas de midi. Une guide nous attendait devant l'entrée de l'Abbatiale clunisienne de Romainmôtier pour parcourir ce joli village médiéval à pied. Heureusement que

nous avons prévu des bonnes chaussures car la visite débutait avec la montée à travers les rues anciennes et pittoresques du bourg afin d'apprendre son histoire ainsi que sa vie culturelle et artisanale d'aujourd'hui. Après avoir fait le tour du village, notre guide nous a fait découvrir les chemins pleins de plantes et arbres spéciaux autour de l'Abbatiale avant de nous emmener à l'ancienne maison du prieur, appelée aussi château de Romainmôtier. Le tour à travers les siècles et la nature se termina avec la visite de l'Abbatiale, une des plus anciennes églises romanes de Suisse. Par chance, un organiste jouait lors de notre entrée ce qui a rendu cette visite magique.

Après la découverte de cette petite ville qui a su garder le caractère ancien tout en intégrant la modernité, c'était l'heure de la gourmandise. Il faut ce qu'il faut ! Un repas à la campagne sous les arbres de la terrasse ombragée et un accueil charmant nous

attendait au Restaurant Bras d'Or à Method. Au menu, des salades alléchantes, les filets de perche (une spécialité de la maison) et en dessert une délicieuse crème brûlée au thé vert et myrtilles, le tout accompagné d'un excellent vin rosé de la région. Nous nous sommes régalingées et avons apprécié ce cadre naturel et calme !

La fin de notre journée à « l'étranger » s'est terminée avec la démonstration d'une torréfaction à l'ancienne ainsi que la dégustation de café dans le sous-sol du musée d'Orbe. Dans une ambiance décontractée et agréable, nous avons appris beaucoup de choses très intéressantes sur le café et sa torréfaction que nous ignorions.

A notre retour, nous étions unanimes : nous avons passé une journée très amicale et instructive. Conclusion de cette journée : il fait aussi bon vivre dans le canton de Vaud...!

Angelika Walde





SORTIE INOUBLIABLE EN SUISSE CENTRALE

Le mardi 3 septembre nous quittons notre Vully pour la Suisse Centrale ; nous ne nous encombrons d'aucune valise, tous nos avoirs ont trouvé place dans notre sac à dos et nous utilisons les transports publics.

Train de Sugiez à Schwyz avec halte au très agréable restaurant de la gare de Lucerne pour la collation matinale. Puis le **bus** jusqu'à Stoosbahn Talstation avec en vue une ascension impressionnante : le **funiculaire le plus raide, le plus pentu du monde** nous transporte à Stoos où nous nous asseyons alors sur un **télesiège en marche** qui lui nous transporte au **Fronalpstock**, sommet emblématique de la région.



De ce sommet nous découvrons une vue à couper le souffle sur le Lac des 4 Cantons, la ville de Brunnen, les pics enneigés et les contreforts verdoyants, du Säntis aux Mythen et des Bernoises au Jura, tout en passant par le Grütli, le Rigi et le Pilate.

Le **Gipfelrestaurant Fronalpstock** est assailli par les visiteurs. Malgré tout nous pouvons

nous asseoir toutes ensemble autour d'une grande table de la terrasse et le personnel du self - service est sympathique et efficace. Nous nous régalons des savoureuses grillades au feu de bois ou des Älplermagronen avec Apfelmus.

Après un café nous redescendons en **télesiège** à Stoos où nous prenons un **téléphérique** qui nous transporte sur l'autre versant du Fronalpstock et un nouveau **bus** nous dépose à **Morschach** devant notre hôtel, le **Swiss Holiday Park**.

Le Swiss Holiday Park est un grand complexe hôtelier avec bains thermaux, centre sportif, ferme didactique et nombreuses possibilités d'activités pour les familles. Nous y trouvons une belle chambre et n'avons plus qu'à y revêtir notre costume de bain pour une baignade délassante dans l'eau agréablement chaude du centre thermal.

Revigorées par notre plongeon dans les eaux thermales et très élégantes dans nos atours de sortie tirés sans un faux pli de nos sacs de montagne, nous repartons en **bus** via Brunnen et Schwyz pour le **Restaurant Adelboden à Steinen**, sur la route du Sattelpass. Le **chef Franz Wiget** et son équipe (2 étoiles au Guide Michelin, 18 points au Gault et Millaud) nous y attendent. Nous y dégustons alors un menu sans le moindre point faible : délicieux amuse - bouches, beurre au lait de chèvre, pain au puissant levain maison. En entrée : tartare de bœuf avec gelée de pieds de veau. Puis pavé et praline de foie gras d'oie avec des raisins secs et des noix, gelée de vieux Porto, brioche maison, et bouillon au foie gras. Le sandre du Lac de Constance servi ensuite est posé sur une délicieuse sauce au Vin Jaune, des bolets des forêts avoisinantes et des haricots verts. Et avant le plat principal des gnudis à la

ricotta de Sittlisalp accompagnés de lardons et de pesto aux herbes. En plat principal le Meilleur du veau de lait du Muotatal et son jus, un pavé de lamelles d'aubergines et la fabuleuse purée de pomme de terre du chef, le Gummelistungis. Après le magnifique chariot de fromages des Alpes schwytzoises et nidwaldiennes servi avec du pain aux fruits, un millefeuille avec des fraises Mara des bois. Une cuisine classique, mais chaque mets est réussi à la perfection, les produits sont locaux, en un mot : un rêve ! Applaudissements pour Monsieur Wiget et toute son équipe. Nous ne regrettons pas d'avoir porté notre sac de montagne toute une journée !



Le **lendemain mercredi 4 septembre**, dès le petit déjeuner nous fêtons l'anniversaire de notre Antoinette. Et le sac à nouveau sur le dos, nous repartons en **bus** de Morschach à Brunnen, puis en **train** jusqu'à Arth Goldau et de là nous entreprenons l'ascension de la Reine des Montagnes, le Rigi, en **train à crémaillère** jusqu'à **Rigi Kulm**.

A Rigi Kulm à nouveau panorama grandiose, temps splendide et visiteurs... en masse ! Après les nombreuses photos, descente à **pied** jusqu'à l'**hôtel Felchlin à Rigi Sattel**. L'hôtel - en passe de devenir centenaire - semble s'être endormi il y a 100 ans avant d'être réveillé par un prince pour une belle, ou en tout cas pour les nombreux hôtes du jour. L'accueil par le prince, **l'homme qui semble tout y faire tout seul**, est à nouveau fort sympathique et nous sommes accueillies comme des princesses. Nous savourons le délicieux gâteau au fromage et les plateaux fromages et saucisses et Antoinette nous y offre le vin et les boissons de son anniversaire. Merci ! Les w.-c. étant au 2^{ème} étage, nous



avons le plaisir de satisfaire notre curiosité et de découvrir la cuisine, les salles et les chambres où rien ne semble avoir été modifié ces 100 dernières années. L'hôtel peut être loué par des particuliers pour une fête, il est cependant recommandé de prendre avec soi draps et lampe de poche !

Le **nombre de touristes** visitant le Rigi est **faramineux**. Les **trains à crémaillère** sont **archibondés**. Et ce n'est que dans la 3^{ème} composition qui passe sous nos yeux que nous réussissons à grand peine à monter sur le train qui doit nous redescendre jusqu'à **Vitznau**, tant il y a de monde. Nous nous retrouvons alors dans le wagon réservé à la très sympathique sortie des aînés de quelques communes du canton du Jura.

A **Vitznau**, que le **bateau Diamant** réussisse à faire monter à bord tout le monde semble une gageure, mais il y parvient. Nous naviguons alors pour beaucoup debout, mais le paysage en vaut la peine, l'humeur est joyeuse et nous arrivons à **Lucerne** enchantées de nos découvertes.

A **Lucerne** rafraichissements bienvenus sur la belle **terrasse du KKL**. Et c'est l'heure de reprendre le **train pour notre Vully**, via Berne et Ins. Le **sac de montagne est toujours sur notre dos** et il s'est quelque peu alourdi du poids d'un Luzerner Lebkuchen et de tout plein de belles images, de délicieuses saveurs et de partages amicaux.

Josette Boll

LA BELLE AVENTURE DES NOS SOUPERS DANSANTS...

Lors de l'assemblée de notre section, une gourmette a proposé pour l'année 2019 le thème de la musique Et c'est ainsi que sont nés nos soupers dansants.

Lorsque nous arrivons la brigade nous accueille en musique et costumée et nous entraîne pour quelques pas de danse dans des décors somptueux.

C'est ainsi que nous avons bougé sur les rythmes endiablés de la Samba du Brésil. Avec le souper made in USA, nous avons levé la gambette, même les deux avec le twist qui nous a rappelé de fameux souvenirs de jeunesse.

Quant à la danse Orientale du ventre... les

rigolades l'ont emporté sur les déhanchements. Les senteurs des épices ont embaumé notre souper.

Fermez les yeux... entendez-vous la musique du Beau Danube Bleu ? Nous avons valsé sur cet air grandiose !

Un merveilleux décor en blanc et bleu nous attendait un beau soir du mois de juin. Nous tenant par la main, nous avons esquissé quelques pas de Sirtaki. Une belle et émouvante surprise fut aussi la danse folklorique suisse avec les beaux costumes vuilleraïns de nos mamans. Nous avons à cette occasion dégusté un fameux gâteau de notre cher Vully : le gâteau de pommes-de-terre. Mais oui ! c'est délicieux !



Le 31 octobre les sorcières ont fait leur show avec leurs balais et leurs chapeaux pointus autour d'un chaudron et d'un surprenant repas.

Notre dernier souper dansant fut animé par la musique du groupe ABBA, qui nous a entraînées dans un tourbillon de rires et de joie. La Scandinavie a tourné nos têtes et réchauffé nos gosiers de son Glögg tandis que sa musique a chaviré nos cœurs.

Le style de musique et de danse a dans la foulée guidé le choix de nos décors de table et bien sûr de nos plats. Un régal pour tous les sens. Tous ces moments de rencontre et d'amitié ont été intensifiés par la musique et la danse.

Henriette Déjardin



NOS COUPS DE CŒUR



Franz Wiget, un tout grand chef
Restaurant Adelboden
6422 Steinen
www.wiget-adelboden.ch



Régale l'estomac vide au sommet d'un magnifique panorama
Gipfelrestaurant Fronalpstock
6433 Stoos
www.fronalpstock.ch



Au pays du prince charmant
Festpark Hotel Felchlin
6410 Rigi Staffel
www.festpark-rigi.ch

Tarte aux miettes de pain

Une tarte bluffante, à déguster froide et selon les goûts, accompagnée de glace ou de fromage frais.

En goûtant cette tarte à la consistance proche du flan, difficile d'imaginer qu'elle a été réalisée à partir de pain sec ! Dans ce dessert, le pain remplace la farine dans le rôle de liant ; il peut également amener des notes aromatiques. Tous les pains étant différents, chacun va donner un profil spécifique à la tarte. Plus le pain sera dense (type seigle), plus la tarte le sera. N'hésitons pas, comme le conseille Sonia Ezgulian, à mélanger différents types de pain, par exemple une aérienne brioche avec un solide pain de seigle, la tarte n'en sera que meilleure...

Pour un moule à tarte de 26 cm

Ingrédients

- 130 g de pain sec
- 2.5 dl de lait
- 40 g d'amandes moulues
- 2 citrons bio
- 80 g de sucre + 1 cs
- 4 œufs

- 125 g de farine
- 40 g de sucre glace
- 65 g de beurre
- 1 pincée de sel
- 40 g de pistaches mondées (non salées)

1 Préparer la pâte sucrée à la pistache :

Concasser grossièrement les pistaches au couteau.

Mélanger la farine et le sucre glace, puis les tamiser finement. Former un puits sur le plan de travail et y verser le sel, la cuillère à soupe de sucre, le beurre ramolli et les pistaches. Agglomérer en pâte en utilisant le bout de ses doigts.

Reformer un puits, ajouter 1 œuf et travailler en pâte lisse et homogène à l'aide de la paume de la main.

Étaler la pâte entre deux feuilles de papier sulfurisé, puis fonder le moule à tarte.

2 Préparer l'appareil : casser le pain sec dans le lait et l'oublier un quart d'heure afin qu'il se réhydrate. L'émietter ensuite grossièrement avec le bout des doigts.



Mélanger les 80 g de sucre avec les amandes moulues. Y ajouter 3 jaunes d'œuf et le zeste râpé des citrons. Bien mélanger, puis ajouter le pain émietté et 2 blancs d'œuf montés en neige.

3 Verser l'appareil sur le fond de tarte débarrassé du papier sulfurisé.

4 Glisser dans le four préchauffé à 180° et cuire environ 30 minutes, la tarte doit être dorée.

Carolle Pellet

Inspirée par la recette de Sonia Ezgulian, émission « Pique-assiette » du 23 février 2019

Potée de boeuf au curry

A cuisiner..., ce n'est pas sorcier ! Utiliser une grande casserole !

Ingrédients pour 5 personnes

- 100 à 150 g de ragoût de boeuf coupé en gros dés /pers.
- 2 à 3 pommes de terre fermes /pers.
- 2 boîtes de petits pois fins
- 2 boîtes de tomates entières
- 1 grand bâton de cannelle
- 2 morceaux de sucre
- 1 filet de vinaigre
- 1 oignon
- Le jus d'un citron
- Curry 2 c. à soupe
- Huile pour braiser oignon et viande
- Sel, poivre

1 Faire mariner la viande dans le jus de citron pendant 10 minutes. L'éponger.

2 Faire revenir dans la grande casserole l'oignon finement coupé dans un peu d'huile.

3 Y jeter la viande et la faire un peu rôtir.

4 Y verser le contenu des boîtes de petits pois et de tomates avec le jus, aussi pour les petits pois.

5 Ajouter les pommes de terre coupées en gros dés, la cannelle, le sucre, le vinaigre, le curry.

6 Saler et poivrer.



7 Couvrir et laisser mijoter pendant 1h30 environ.

C'est possible de cuisiner la potée la veille, réchauffée elle n'en devient que meilleure !

Confinement oublié, cette recette est idéale pour nourrir une grande tablée !

Henriette Déjardin



EN CONFINEMENT À YVERDON

Une gourmette et une future gourmette devaient être en cuisine en avril. Comble du malheur, le corona arriva... Privées de notre petit plaisir du mois, l'espoir de faire découvrir nos recettes à nos gourmettes était intact mais juste repoussé au repas de juin. A notre plus grand désespoir, nous nous sommes résignées (très sagement) à ne se réunir qu'à partir de septembre.

Ne nous laissant pas abattre, la section a développé un mode culinaire 2020 : WhatsApp ! Une grande solidarité et avec beaucoup d'humour, la cuisine reste notre lien. Rien ne nous arrête, nous avons donc pris la liberté de vous faire partager trois recettes testées et approuvées en mode visioconférence.

Un petit apéritif composé de : la mule de Moscou (Moscow mule pour les initiés) à déguster avec des crackers à la mousse de saumon fumé et un praliné au fromage.

Janick Chauveau



Praliné de fromage

Ingrédients

- 250 gr de fromage frais
- 75 gr de sbrinz râpé
- Sel, poivre
- Des cure-dents

Préparation

- 1 Mélanger 250 gr de fromage frais et 75 gr de sbrinz râpé, saler et poivrer, former des boules et les rouler dans des noix et du persil haché finement et mettre sur un cure-dent.



La Mule de Moscou

Ingrédients

- 4cl de vodka
- 2,5 dl de bière de gingembre
- Jus de citron vert avec les quartiers

Préparation

- 1 Mélanger le tout et ajouter des rondelles de gingembre et des glaçons

Crackers à la mousse de saumon fumé

Ingrédients pour 12 crackers

- 200 gr saumon fumé
- 1 dl gelée liquide refroidie
- 1 cc jus de citron
- 1,5 dl de crème
- Sel, poivre blanc

Préparation

- 1 Tailler le saumon en lanières, le mixer finement au robot mixeur avec



la gelée liquide et le jus de citron. Fouetter la crème en chantilly et l'incorporer délicatement au saumon. Saler et poivrer, transvaser dans une poche à douille.

- 2 Finitions à choix : lamelle de concombre et zestes de citron vert

CONSEIL 2020



Marie-France Derkenne

Présidente, Présidente section Gros-de-Vaud

Françoise Vautier

Secrétaire, membre section la Côte

Jacqueline Gentizon

Trésorière, Présidente section Yverdon

Martine Cretegnny

Conseillère, membre section la Côte

Verena Cruchon

Conseillère, membre section Léman

Maryline Heritier

Conseillère, membre section Sierre

Liliane Piguet

Conseillère, membre section Montreux

Françoise Mages

Membre observateur, membre section Riviera

Ursula Reichenbach

Membre observateur, Présidente section Montreux

ENFIN !

Après la réunion des Présidentes du 11 mars à Leysin, le Conseil a communiqué par messages et messages... il y en a eu, ne serait-ce que pour se sentir moins seules. Neuf semaines de confinement ou semi-confinement, c'est beaucoup et nous avons attendu les 1^{ères} ouvertures permises pour nous retrouver à l'Auberge de la Couronne à Yverne, avec toutes les précautions requises :

- Trajet en voitures avec masques
- Désinfection des mains au gel hydroalcoolique
- Espace de 2 m. et disposition des tables de deux autour de la salle !

Le plaisir et la joie de nous retrouver étaient là et bien visibles sur la photo !

Liliane Piguet

PRESIDENTES DES SECTIONS

Bienne	Meier	Claudine
Chablais	Badan	Anick
Delémont	Fonzo	Elsa
Fribourg	Grandgirard	Tania
Genève et Terre Sainte	Kohler	Carol
Gros-de-Vaud	Duruz	Marie-Reine
La Côte	Blackall	Gill
Lausanne	Andujar	Anne-Marie
Léman	Romanens	Janine

Lugano	Bolliger	Claudia
Monthey	Davet	Ruth
Montreux	Reichenbach	Ursula
Neuchâtel	Pizzolon	Odile
Noble et Louable Contrées	Epiney	Laurence
Pully	Holzer	Marlise
Riviera	Mayor	Annette
Sierre	Epiney	Tania
Vully	Goetschi	Antoinette
Yverdon	Gentizon	Jacqueline

Le team gazette !



Nicole Monnier - Coordinatrice



Marianne Jaquet - Graphiste



Notre adresse mail
gazette@gourmettes.ch

Notre adresse postale
Association des Gourmettes
1000 Lausanne