





## À LA MODE DE CHEZ NOUS





M. VIDOUDEZ – J. GRANGIER

# À LA MODE DE CHEZ NOUS



ÉDITIONS  
CABÉDITA  
2014

Couverture: © 2002-2007-2014. Fondation Nestlé Pro Gastronomica, Vevey,  
photo extraite du livre *La Suisse gourmande*,  
disponible auprès des Editions Cabédita, CH-1145 Bière

© 2002-2007-2014. Editions Cabédita, CH-1145 Bière  
BP 9, F-01220 Divonne-les-Bains

Internet: [www.cabedita.ch](http://www.cabedita.ch)

ISBN 978-2-88295-351-3

## Préface

Cette nouvelle édition, revue et augmentée, de *A la mode de chez nous* comporte une vingtaine de nouvelles recettes par rapport à la première édition parue pour la première fois aux Editions Payot, en 1976. Cet ouvrage avait pour colonne vertébrale le concours lancé dans la *Tribune-Le Matin Dimanche* sur le thème «la Suisse à table». A cette époque déjà il avait prouvé, par l'intérêt qu'il a suscité dans le public, que la cuisine régionale était bien vivante dans notre pays et que les vieilles recettes familiales étaient loin d'être oubliées. En ce début de III<sup>e</sup> millénaire, ce phénomène d'intérêt pour la cuisine des terroirs s'est encore accentué, ce qui nous a poussés à réaliser cette nouvelle édition avec la collaboration des Editions Cabédita.

Le matériel réuni à la suite du concours a donc servi de base à l'élaboration du présent ouvrage. Nous avons choisi les recettes les plus intéressantes, nous les avons essayées et souvent améliorées. Nous avons en outre interrogé, dans chacun des cantons romands, de nombreuses personnes connaissant bien leur cuisine régionale et nous avons ainsi pu compléter plusieurs chapitres avec des recettes inédites ou méconnues.

Ce nouveau recueil ne prétend pas être exhaustif. Il rassemble toutefois près de deux cent huitante recettes de chez nous, dont la plupart des spécialités connues et de nombreuses autres recettes, aux origines peut-être plus floues, peut-être plus extérieures mais qui font néanmoins partie de notre patrimoine gastronomique, car elles sont pratiquées depuis longtemps dans nos cantons. Les divers chapitres sont d'importance inégale; nous avons en effet constaté que certains domaines de la cuisine romande sont plus riches que d'autres, notamment les «gâteaux» (salés et sucrés), la cochonnaille et les mets au fromage.

En matière de cuisine, comme dans d'autres domaines, les Suisses font des complexes et l'on a tendance, chez nous, à sous-estimer les recettes du cru. Ce livre s'adresse à tous ceux qui désirent varier les joies de la table: à la maîtresse de maison en peine d'idées nouvelles avant de recevoir des amis, au mari cuisinier d'occasion, mais d'autant plus exigeant, aussi bien qu'aux restaurateurs désirant faire preuve de plus d'authenticité que leurs confrères servant de la bouillabaisse dans la banlieue fribourgeoise ou du gratin de fruits de mer dans les Alpes vaudoises ou valaisannes.

*A la mode de chez nous* n'est pas un manuel de cuisine; vous n'y trouverez donc pas de lexique des termes culinaires. Nous avons toutefois veillé à ce que les explications soient claires et complètes. L'ouvrage

étant pratique à consulter, il devrait trouver sa place aussi bien dans votre cuisine que dans votre bibliothèque.

Nous souhaitons qu'il contribue à démontrer que les plats les plus simples, les plus campagnards font aussi partie de la gastronomie lorsqu'ils sont préparés selon les règles.

Il nous paraît en outre indispensable que les cuisiniers, professionnels et amateurs, respectent davantage les produits locaux, même les plus simples.

C'est une des façons de redonner du lustre à nos cuisines régionales. Mais nous aurons déjà atteint notre but si vous passez, grâce à nous, autour d'une table et en compagnie de vos amis, de très bons moments...

Michel VIDOUDEZ

## Table des abréviations

<i>l</i>	<i>litre</i>
<i>dl</i>	<i>décilitre</i>
<i>cl</i>	<i>centilitre</i>
<i>kg</i>	<i>kilogramme</i>
<i>g</i>	<i>gramme</i>
<i>c. à café</i>	<i>cuillère à café</i>
<i>c. à soupe</i>	<i>cuillère à soupe</i>
<i>h</i>	<i>heure</i>
<i>min</i>	<i>minute</i>
<i>s</i>	<i>seconde</i>
<i>cm</i>	<i>centimètre</i>

FR	Fribourg
GE	Genève
JU	Jura
NE	Neuchâtel
VD	Vaud
VS	Valais

### Ingrédients

Sauf indication contraire, les quantités indiquées sont celles nécessaires pour quatre personnes.

Pour la préparation des gâteaux et des tartes, les quantités indiquées correspondent à l'utilisation d'une plaque à gâteau de 28 cm de diamètre.



# SOUPES





S  
P  
  
je  
d  
sa  
e  
e  
m  
U  
n  
d  
o  
ri  
q  
g  
ta

# Soupe à la pierre

VD

Préparation et cuisson: 30 min.

*1 gros oignon*  
*1 poignée d'épinards*  
*50 g de beurre*  
*1 c. à soupe de semoule*  
*1,5 l d'eau*  
*1 poignée de vermicelles*  
*1 pierre*  
*1 dl de vin blanc*  
*100 g de fromage râpé*  
*sel, poivre, muscade*

Hachez finement un gros oignon et une poignée d'épinards (de jeunes orties, encore vert tendre, sont également très savoureuses).

Faites fondre le beurre dans une casserole, puis versez la semoule dans le récipient. Faites revenir en ajoutant l'oignon et les légumes verts sans cesser de remuer pendant 3 à 4 min.

Mouillez alors avec l'eau, ajoutez les vermicelles et salez.

Déposez ensuite une pierre (gros caillou) au fond de votre casserole et laissez cuire une vingtaine de minutes à couvert.

Quand votre soupe à la pierre est cuite, ajoutez le vin et donnez-lui encore quelques ondes...

Servez très chaud dans des bols et saupoudrez généreusement de fromage râpé.

## Une tradition culinaire du Pays-d'Enhaut

Selon la tradition du Pays-d'Enhaut, la soupe vaudoise à la pierre n'est autre que la recette d'un vagabond du siècle dernier.

Voici comment la racontait M<sup>me</sup> Tiana Nicolet, de Rougemont:

«Autrefois, les montagnes étaient sillonnées de rôdeurs qui allaient de ferme en ferme, quêtant ici un dîner, ailleurs un petit verre de goutte ou de gentiane pour marquer la *passade*, là un souper et la *couche* à l'écurie ou à la grange. Ils n'étaient en général guère bien vus des fermiers qui, eux, travaillaient dur.

» Un jour, un de ces vagabonds se présente à la porte d'un montagnard vers l'heure du repas. Le fermier n'est pas enclin à l'inviter à sa table.

» – Oh! je ne vous demande pas à manger, mais seulement un peu d'eau chaude.

» – Ah! si c'est qu' ça, on vous en donnera bien. C'est pour quoi faire?

» – Pour me faire moi-même, dans ma gamelle, une soupe à la pierre.

» – A la pierre?

» – Hé oui, avec ce caillou spécial.

» Et, sortant de sa poche un galet de la grosseur d'un œuf, il le montre au montagnard qui l'examine longuement.

» – Je l'ai trouvé il y a deux ou trois ans, pas loin d'ici. En cherchant bien je crois qu'on pourrait encore en trouver d'autres par là-bas.

» – Et avec cette pierre, vous faites de la soupe?

» – Ben, oui! Et elle est fameuse!

» – Bon... entrez, montrez-nous ça.

» Le vagabond entre. La fermière attise le feu, chauffe de l'eau dans une casserole et le curieux bonhomme met à bouillir sa non moins curieuse pierre tandis que chacun se presse autour du foyer pour voir s'opérer le miracle.

» – Ça donnera une bonne soupe?

» – Bien sûr. Evidemment, elle serait encore meilleure si vous me donniez un oignon à y mettre et une poignée de semoule et de vermicelles.

» – Si ce n'est que ça, ma femme va vous les donner.

» – Alors, dites-lui de râper aussi un morceau de fromage et envoyez le *bouèbe* ramasser d' la *verde* (épinards sauvages) vers la porte de l'écurie; j'ai vu qu'il y en avait des tas!

» Tout étant dans la casserole, la soupe à la pierre commence à sentir bon...

» – Peut-être encore un p'tit morceau de beurre puisque ici vous en avez sûrement... Bon, merci... et juste avant de servir on mettra une toute petite goutte de vin blanc pour lier le fromage qu'on ajoutera dans les assiettes.

» La soupe fut bientôt prête; chacun la trouva vraiment à son goût. Et avec cela, pas chère du tout! On remercia le bonhomme et on l'invita à rester pour tout le repas.

» Au moment de partir, il reprit sa pierre, la lava soigneusement et la remit dans sa poche. Mais le fermier le prit à part dans un coin:

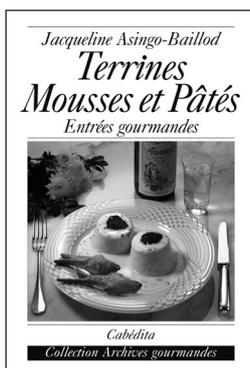
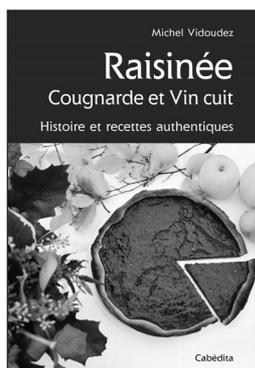
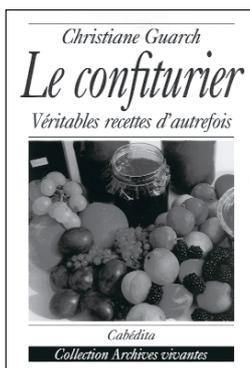
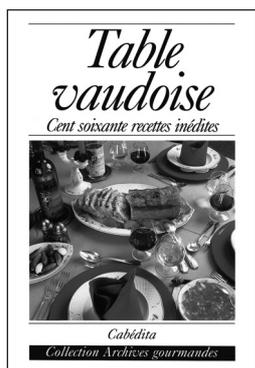
» – C'était vraiment une soupe fameuse! Dites... vous ne la donneriez pas à ma femme, cette pierre, pour qu'elle puisse nous refaire des soupes comme ça?»

# Table des matières

PRÉFACE .....	7
TABLE DES ABRÉVIATIONS .....	9
SOUPES .....	11
ENTRÉES .....	25
CHAMPIGNONS .....	61
METS AU FROMAGE .....	75
SALADES .....	95
LÉGUMES ET FARINEUX .....	103
POISSONS .....	127
TRIPES ET ABATS .....	149
PORC ET COCHONNAILLE .....	163
VIANDES, GIBIER ET VOLAILLE .....	185
POTÉES ET PLATS UNIQUES .....	221
DESSERTS .....	239
TARTES ET BISCUITS .....	259
INDEX .....	293



Même éditeur



*Achévé d'imprimer  
le premier mars deux mille quatorze  
pour le compte des Editions Cabédita à Bière  
qui, soucieuses de valoriser l'emploi,  
réalisent tous leurs ouvrages en région franco-genevoise.*

Si ce livre vous a plu, si cette collection vous intéresse, demandez  
notre catalogue à votre libraire ou les autres titres édités par nos soins.  
A défaut, adressez-vous directement à:

SUISSE  
Editions Cabédita  
Route des Montagnes 13  
CH-1145 Bière

INTERNET  
[www.cabedita.ch](http://www.cabedita.ch)

FRANCE  
Editions Cabédita  
BP 9  
F-01220 Divonne-les-Bains

Imprimé en Suisse