

Mai/Juin 2010

Bon Appétit.

Plaisir brûlant sur le grill

Bons conseils et délicieuses recettes
à base de viande suisse

Food on Fire
La Journée des
grillades chez votre
boucher, page 16



**Votre
Boucherie
Suisse.**
Parfaite
pour la viande
et plus encore.

Suisse. Naturellement.



VIANDE SUISSE

Tout le reste n'est que garniture.

Suisse. Naturellement.



POLEVISION

*Le grill est
le propre de l'homme.*



VIANDE SUISSE

Tout le reste n'est que garniture.

Des champions de grillade parmi nous

Chère lectrice, cher lecteur,

A peine la première brise tiède souffle-t-elle sur la Suisse qu'elle se mêle déjà aux délicats effluves fumés des grillades. Moi-même, à chaque printemps, je suis impatient de pouvoir sortir à nouveau mes premiers morceaux de charbon de bois de leur sac.

Après avoir patienté longtemps, nous, les fans de grillades, voulons tout d'abord remettre les classiques sur la grille. Saucisses à rôtir, cervelas, cuisses de poulet, spare ribs et côtelettes représentent nos inconditionnels. Mais la saison dure longtemps. C'est pourquoi, en tant que professionnels de la viande, nous souhaitons vous fournir ici quelques suggestions pour accroître la diversité et le plaisir offerts par la viande suisse.

Pour profiter pleinement des saveurs de vos grillades, mes collègues et moi-même vous apportons bien entendu notre aide à tout niveau – stockage, préparation, marinade. Ou bien en ce qui concerne l'action de griller en elle-même, au sujet de laquelle beaucoup d'entre nous proposent des cours, avec la volonté d'organiser le 8 mai en votre compagnie une véritable Journée des grillades avec «Food on Fire» (détails à la page 16).

Marcel Kraus, boucher à Thalwil, vous accompagne au fil de ce numéro.

Il n'est pas rare que mes clientes et clients me demandent d'où vient ma viande. Je peux alors leur répondre avec fierté qu'elle vient à 95% de notre pays, comme dans toute boucherie suisse. Cela a également du bon, car, en tant que champions de grillade, vous savez bien que l'on travaille beaucoup mieux en utilisant de bons produits.

Sur ce, je vous souhaite un «bon Appétit».





C'est encore meilleur ainsi

Le stockage approprié de la viande joue un rôle particulièrement important pour les grillades. Mais cela a un coût en termes de temps et également d'argent en raison de la perte de poids. Aujourd'hui, seule votre boucherie s'en préoccupe et s'y consacre encore. Cependant, vous sentez immédiatement la différence – essayez!

Tout est déjà fait

Qu'il s'agisse de saucisses spéciales, de viande toute prête, de marinades ou de garnitures: chaque boucherie dispose de ses propres spécialités à la saison des grillades. Demandez-les et voyez comme votre vie devient plus facile et savoureuse.

Variantes et garnitures

Les grillades offrent des possibilités infinies. Un exemple: préparez de petites brochettes (au lieu de la taille normale) en associant divers produits et ravissez vos convives dès l'apéritif avec une assiette exceptionnelle.

Qui peut le plus, peut le moins

La marinade est un art aux mille et une variantes tout aussi délicieuses les unes que les autres. Toutefois, si vous aimez le goût raffiné de la viande, il vaut également la peine de faire griller un bon morceau sans aucun autre ingrédient et de l'assaisonner ensuite uniquement avec un peu de gros sel marin et de poivre.

En un seul morceau, c'est encore meilleur

Si votre viande doit rester bien rosée et juteuse à l'intérieur, il est préférable de faire griller deux à trois portions dans un morceau entier et de les couper ensuite. En tant que professionnels de la viande, nous pouvons volontiers vous préparer de telles découpes en un seul morceau.

Respect de l'hygiène

La viande est un produit naturel. En particulier maintenant, à la saison chaude, vous devez par conséquent appliquer quelques règles pour garantir un délice à coup sûr:

- **Achat.** Sans conteste, chez le boucher, car la viande reste toujours bien réfrigérée.
- **Préparation.** Séparez la viande de tous les autres aliments. Ne coupez jamais la viande et les garnitures avec le même couteau ou sur la même planche sans nettoyer minutieusement les ustensiles à chaque fois.
- **Grillade.** Séparez toujours la viande crue et la viande prête à manger. Faites toujours bien cuire le poulet et la viande de porc.



Côtelettes de porc

farcies au fromage frais et au basilic, accompagnées d'un chutney de tomates

Ingrédients pour 4 personnes | Préparation: env. 65 min.

INGRÉDIENTS

- 600 g de tomates
- 2 échalotes
- 1 gousse d'ail
- 30 g de gingembre
- 1 à 2 piment(s) chili rouge(s)
- 80 g de sucre brun
- 1 clou de girofle
- 2 grains de piment (poivre de girofle)
- Le jus et le zeste d'1 citron vert non traité
- Sel, poivre
- 4 côtelettes de porc suisse d'env. 180 g chacune
- 200 g de fromage frais
- Jus de citron
- 1 bouquet de basilic
- Petites piques à brochettes



PRÉPARATION

1 | Pour le chutney, inciser légèrement les tomates au niveau du pédoncule en formant une croix et les plonger dans l'eau bouillante pendant 30 secondes. Sortir les tomates de l'eau, les peler, les couper en deux puis en dés. Peler les échalotes et l'ail et les couper en dés. Peler également le gingembre et le hacher finement.

2 | Mettre dans une casserole les tomates, les échalotes, l'ail, le gingembre, le sucre, le girofle, le piment (poivre de girofle), le jus et le zeste de citron vert, puis porter légèrement à ébullition. Laisser cuire à feu doux pendant environ 35 minutes jusqu'à ce que le mélange épaississe. Saler, poivrer et laisser refroidir.

3 | Rincer les côtelettes de porc, les essuyer et faire dans chacune d'elles une profonde entaille. Battre le fromage frais et un peu de jus de citron jusqu'à obtention d'un mélange lisse. Réserver quelques feuilles de basilic, couper le reste finement, l'ajouter à la préparation puis saler et poivrer.

4 | Farcir les côtelettes de porc avec le mélange fromage frais-basilic et bien fermer avec les piques. Saler et poivrer. Faire dorer de tous côtés sur le grill pendant 8 à 10 minutes. Ne pas appuyer sur la viande pendant la cuisson pour éviter que la farce ne s'échappe. Servir avec le chutney de tomates.

Conseil: préparer le chutney de tomates la veille. Un morceau de baguette conviendra très bien en accompagnement.



Duel brûlant sur la grille

La saison des grillades réveille des envies de viande suisse. Presque toutes les sortes de viande sont mises «sur le gril». Mais les saucisses occupent une place tout à fait particulière. Tout comme il n'y a pas de grillades sans braise, il n'y a pas non plus de grillades sans saucisses. Et deux pointures nationales se livrent une course en tête pour le plus grand plaisir des papilles: la saucisse à rôtir et le cervelas.

La diversité de l'offre en viande suisse s'avère particulièrement savoureuse sur le gril. Certains préféreront des ailes de poulet, d'autres une côtelette ou un rôti. Chaque champion de grillade (et nous le sommes tous) soigne ses propres spécialités et garde jalousement le secret de ses talents culinaires inimitables. Ici, chacun laisse l'autre faire ses preuves et, en retour, on se congratule mutuellement pour ces saveurs si réussies.


Par contre,

lorsqu'il est question de saucisse, finie la plaisanterie. En Suisse, les saucisses représentent d'ailleurs bien plus que de la viande, car elles incarnent l'origine et la tradition. En l'occurrence, il est souvent question de chauvinisme régional. Si l'on habite en Suisse orientale et que l'on aime manger l'authentique saucisse à rôtir de Saint-Gall avec de la moutarde, il vaut mieux déménager. Et un véritable Tessinois préfère voir des Luganighe crépiter sur sa braise plutôt que le cervelas sur le gril de son voisin suisse allemand.

Cela dit: sur la scène nationale, la saucisse à rôtir et le cervelas forment le duo de tête incontesté. La concurrence, qu'elle soit locale ou internationale, n'arrive pas à les détrôner et les Stumpfen et autres merguez sont relégués à l'arrière de la grille. Cela se voit particulièrement lorsqu'il faut faire montre de patriotisme. Ainsi, lors de la dernière Coupe

Suisse. Naturellement.





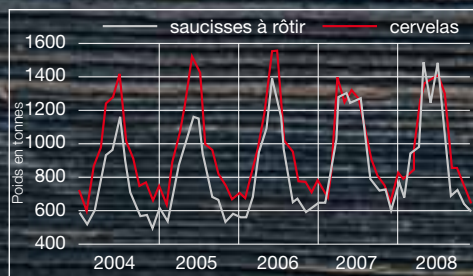
d'Europe de football, non seulement la consommation de bière a atteint des niveaux records, mais également celle de saucisses.

Reste à savoir laquelle des deux saucisses remporte la finale de la préférence nationale dans le domaine des grillades. Le choix joue en faveur de la saucisse à rôtir: la saucisse à rôtir vaudoise ou la saucisse à rôtir paysanne à base de porc, la variante plus noble à base de veau telle qu'on la sert du Zibelemärit (marché aux oignons) de Berne à la foire de l'Olma à Saint-Gall, en passant par le Knabenschiessen (concours de tir) de Zurich. Le cervelas, en revanche, ne permet aucune variante. Même sa peau doit être constituée de boyaux de bœuf tout à fait particuliers, comme nous le savons tous aujourd'hui grâce à la réglementation européenne. C'est pour cela qu'au-

cune autre saucisse ne trouve meilleure place au-dessus du feu.

A présent, qui remporte la victoire? Si l'on regarde les statistiques des ventes, encore récemment, c'est le cervelas qui l'emportait clairement. Mais l'évidence s'efface justement avec les dernières données disponibles de 2008. Ainsi, pour le moment, la seule chose qui reste à faire est que chacun dans ce pays élise lui-même son favori.

Consommation des ménages privés



VIANDE SUISSE

Tout le reste n'est que garniture.

Bon Appétit. 9



Poitrine de poulet marinée au citron, au sésame et au sirop d'érable, accompa- gnée d'asperges vertes grillées

Ingrédients pour 4 personnes | Préparation: env. 35 min.

INGRÉDIENTS

- 4 filets de poitrine
de poulet suisse
- Le jus et le zeste d'1 citron
non traité
- 4 cs de sirop d'érable
- Poivre noir du moulin
- 2 cs de graines de sésame
- 1 kg d'asperges



PRÉPARATION

- 1 | Rincer les filets de poitrine de poulet et les essuyer. Mélanger le jus de citron, le zeste, le sirop d'érable et les graines de sésame. Laisser mariner la viande dans cette préparation pendant env. 4 heures, au mieux toute une nuit.
- 2 | Pendant ce temps, peler le tiers inférieur de chaque asperge et couper les extrémités dures.
- 3 | Egoutter les filets de poitrine de poulet et les mettre sur le gril moyennement chaud pendant 8-10 minutes de chaque côté en veillant à ce qu'ils soient bien croustillants. En cours de cuisson, les badigeonner régulièrement avec le reste de marinade. Faire également griller les asperges pendant 6-8 minutes en les retournant de temps en temps. Saler.
- 4 | Selon son goût, assaisonner les asperges avec du jus de citron et du sel marin, et servir avec les poitrines.



Côtelettes d'agneau

marinées au citron et au thym,
accompagnées de beurre
au paprika et de poivrons

Ingrédients pour 4 personnes | Préparation: env. 25 min.

PRÉPARATION

1 | Assaisonner les côtelettes d'agneau avec du gros poivre. Effeuillez le thym et râper grossièrement le zeste du citron. Mélanger le thym et le zeste de citron avec l'huile d'olive et badigeonner les côtelettes de cette préparation.

2 | Couvrir et laisser mariner au moins 3 heures.

3 | Fouetter le beurre jusqu'à obtention d'une consistance crémeuse. Ciseler finement la ciboulette et l'incorporer au beurre en ajoutant 1 cs de jus de citron, du sel, du poivre et le paprika. Mélanger. Étaler le beurre au paprika sur une feuille de papier sulfurisé, former un rouleau uniforme et réserver au frais. Nettoyer les poivrons, les couper en quartiers, retirer le cœur avec les pépins et saler.

4 | Faire griller les côtelettes d'agneau et les poivrons sur le gril brûlant pendant 3-4 minutes de chaque côté.

5 | Couper le beurre au paprika en tranches et servir avec la viande.

INGRÉDIENTS

- 600 g de côtelettes d'agneau
- Poivre noir du moulin
- 1 bouquet de thym
- 1 citron non traité
- 4 cs d'huile d'olive
- 125 g de beurre
- 1 bouquet de ciboulette
- Sel
- 1 cc de paprika en poudre doux
- 1 feuille de papier sulfurisé
- 1 poivron rouge et 1 poivron jaune







Spare ribs marinés

Ingrédients pour 4 enfants | Préparation: env. 40 min.

INGRÉDIENTS



- 1 kg de spare ribs
- 5 cs de miel
- 1 cs de vinaigre de pomme
- 2 cc de paprika en poudre doux
- Sel
- 1 cs de concentré de tomates

PRÉPARATION

1 | Mélanger le miel avec le vinaigre, le paprika, le sel et le concentré de tomates. Couper les spare ribs en petits morceaux et les badigeonner de marinade.

Couvrir et laisser mariner au réfrigérateur 3-4 heures, au mieux toute une nuit.

2 | Sortir les spare ribs de la marinade et bien égoutter. Conserver la marinade. Faire griller les spare ribs env. 15 minutes de chaque côté, en les retournant plusieurs fois. Les badigeonner de marinade de temps à autre.

Des épis de maïs grillés conviendront très bien en accompagnement.



FOOD ON FIRE 2010


La Journée des grillades pour la nouvelle saison



Le **8 mai 2010**, dans de nombreuses boucheries, tout tournera autour du grill. Au cours de cette journée «Food on Fire», les professionnels de la viande inaugureront en votre compagnie la nouvelle saison sur la braise brûlante.

A cette occasion, certains d'entre eux offriront le cervelas avec du pain et de la moutarde pour seulement quelques francs. Soyez les bienvenus!



 **Votre
Boucherie
Suisse.**
Parfaite
pour la viande
et plus encore.

Votre boucherie: