

UN
BARBECUE
SAVOUREUX
AVEC LES
**FROMAGES
DE SUISSE**



Suisse. Naturellement.

Les Fromages de Suisse.

www.fromagesdesuisse.be





AVANT-PROPOS

L'été tout en saveurs avec les Fromages de Suisse

Souvent associés aux sports d'hiver et aux repas revigorants après une journée glaciale, les Fromages de Suisse peuvent également révéler toutes leurs saveurs au cœur de l'été. Parfaits dans les salades mélangées rafraichissantes ou dans les petites bouchées pour le pique-nique, ils sont aussi le partenaire idéal pour vos barbecues !

Surprenez vos convives lors de votre prochain barbecue avec des plats innovants aux Fromages de Suisse. Que diriez-vous de Moules gratinées au crumble d'Emmentaler AOP, de Tomates en croûte de fines herbes et Gruyère AOP Réserve, ou les Saltimbocca de filet de poulet au jambon cru et Appenzeller®. Testez les trois manières d'accommoder la Tomme Vaudoise appréciée pour sa saveur douce. Etonnez vos convives en faisant fondre sur le barbecue la Raclette du Valais AOP. Terminez par un plateau de Fromages de Suisse et un délicieux pain fait maison.

Les Fromages de Suisse vont vous régaler à la belle saison.

L'équipe Switzerland Cheese Marketing

Editeur : Switzerland Cheese Marketing Benelux, Rue de la Glacière 21-23, 1060 Bruxelles

Auteure : Marie-Claire Quittelier

Photographe : Tom Swalens

Food stylist : Debby De Mangelaere

SOMMAIRE

ROULEAUX DE VIANDE DES GRISONS AU GRUYÈRE AOP CLASSIC	7
SAUCE YAOURT AUX FINES HERBES ET FROMAGES DE SUISSE RÂPÉS	9
TOMATES EN CROÛTE DE FINES HERBES ET GRUYÈRE AOP RÉSERVE	11
RACLETTE DU VALAIS AOP AU BARBECUE	13
TOMME VAUDOISE ET COMPOTÉE DE FIGUES FRAÎCHES ET SÉCHÉES	15
TOMME VAUDOISE MARINÉE AUX GOUSSES D'AIL RÔTIÉS	15
TOMME VAUDOISE AUX HERBES FRAÎCHES	15
SALTIMBOCCA DE POULET AU JAMBON CRU ET APPENZELLER® DOUX	17
MOULES GRATINÉES AU CRUMBLE D'EMMENTALER AOP	19
SALADE DE BETTERAVES, JEUNES CAROTTES, VINAIGRETTE À L'ORANGE ET ROSETTES DE TÊTE DE MOINE AOP	21
ACCOMPAGNEMENTS	
COLE SLAW PIQUANTE	23
KETCHUP AUX CONCOMBRES	24
SAUCE ROMESCO	24
PAIN RUSTIQUE EN COCOTTE	25





ROULEAUX DE VIANDE DES GRISONS AU GRUYÈRE AOP CLASSIC

Pour 12 rouleaux
Préparation : 5 min
Facile

-
- 12 tranches de viande des Grisons
 - 12 bâtonnets de Gruyère AOP Classic
 - une petite poignée de tomates séchées, en bâtonnets
 - une petite poignée de roquette
-

1. Posez une tranche de viande des Grisons sur le plan de travail.
2. Posez un bâtonnet de fromage et répartissez de la tomate séchée et de la roquette sur la tranche de viande des Grisons.
3. Enroulez la viande et sécurisez avec une pique en bois. Répétez jusqu'à épuisement des ingrédients.

☒ SAUCE YAOURT AUX FINES HERBES ET FROMAGES DE SUISSE RÂPÉS

Pour 4 personnes
Préparation : 10 min
Cuisson : 5 min
Facile

- 200 g de fromage frais
- 75 g d'Appenzeller®, râpé
- 75 g d'Emmentaler AOP, râpé
- 150 g de yaourt grec
- 2 càs d'herbes fraîches (ciboulette, persil plat, basilic), hachées
- sel, poivre

1. Faites chauffer dans un poêlon le fromage frais, l'Appenzeller® et l'Emmentaler AOP. Mélangez à l'aide d'une cuillère en bois jusqu'à ce que le fromage soit fondu et que vous obteniez une masse lisse.
2. Ajoutez le yaourt grec, sel et poivre et mélangez bien.
3. Terminez par les herbes fraîches. Mélangez.

Délicieux avec des carottes, du concombre, du céleri et des asperges vertes et mange-tout rapidement blanchis.

Conseil : il est important que le yaourt soit consistant, d'où notre préférence pour le yaourt grec.





TOMATES EN CROÛTE DE FINES HERBES ET GRUYÈRE AOP RÉSERVE

Pour 4 personnes
Préparation : 10 min
Cuisson : 7 min
Facile

- 2 gousses d'ail, hachées
- 1 poignée de persil plat, haché
- 4 càs de chapelure
- 30 g de Gruyère AOP Réserve, finement râpé
- 1 càs d'huile d'olive
- 4 tomates roma allongées, coupées en 2
- sel, poivre

1. Mélangez l'ail, le persil plat, la chapelure et le Gruyère AOP Réserve avec l'huile d'olive. Salez et poivrez. Réservez.
2. Faites griller les tomates 2 minutes de chaque côté.
3. Couvrez le barbecue de papier alu. Parsemez la chair de tomates de mélange aux herbes et au fromage. Poursuivez la cuisson des tomates sur le barbecue environ 3 minutes couvercle fermé.





RACLETTE DU VALAIS AOP AU BARBECUE

Pour 4 personnes
Préparation : 15 min
Cuisson : 15 min
Facile

- 600 g de pommes de terre grenaille
- 1 càs d'huile d'olive
- 500 g (1 botte) d'asperges vertes, pieds cassés
- 4 champignons Portobello, en tranches
- 4 tomates, coupées en 2
- 800 g de Raclette du Valais AOP
- poivre

1. Allumez le barbecue. Faites précuire à la vapeur les pommes de terre avec leur peau. Enroulez-les dans du papier alu. Poursuivez la cuisson des pommes de terre dans les cendres du barbecue. Cela prendra environ 15 minutes.
2. Enrobez les asperges, les champignons et les tomates d'huile d'olive. Faites griller les asperges 4 minutes de chaque côté. Réservez au bord du barbecue. Faites ensuite griller les champignons et les tomates 2 minutes de chaque côté. Réservez.
3. Faites fondre le fromage dans la « barbeclette* ». Répartissez les légumes et les pommes de terre coupées en deux. Raclez le fromage sur les pommes de terre. Poivrez.

Excellent avec de la viande des Grisons et d'autres charcuteries, des condiments comme des caperons et de la salade.

Variante : ajoutez d'autres légumes comme des poivrons, des tranches d'aubergine, de courgette,...

**La « barbeclette » est une poêle à raclette conçue pour le barbecue.*



TOMME VAUDOISE ET COMPOTÉE DE FIGES FRAÎCHES ET SÉCHÉES

- 1 càs d'huile d'olive
- 1 oignon, haché
- 150 g de figes fraîches, coupées en dés
- 3 figes séchées, hachées
- 1 càs de sirop d'érable
- 1 càs de vinaigre balsamique
- 1 Tomme Vaudoise

1. Faites revenir l'oignon dans l'huile d'olive. Ajoutez les figes fraîches et séchées. Faites cuire pendant 4 à 5 minutes.
2. Ajoutez le sirop d'érable et le vinaigre balsamique. Poursuivez la cuisson pendant 2 à 3 minutes.
3. Répartissez de la compotée sur la Tomme Vaudoise. Servez le restant dans un récipient.

TOMME VAUDOISE MARINÉE AUX GOUSSES D'AIL RÔTIES

- 1 tête d'ail
- 1 càs +1 dl d'huile d'olive
- 1 Tomme Vaudoise
- quelques branches de thym citron

1. Préchauffez le four à 220 °C. Faites rôtir la tête d'ail enrobée d'1 càs huile d'olive pendant 30 à 40 minutes. Laissez refroidir. Détachez les gousses d'ail.
2. Faites mariner la Tomme Vaudoise pendant 3 jours dans l'huile d'olive restante avec les gousses d'ail rôties.
3. Laissez ensuite égoutter la Tomme Vaudoise. Garnissez-la avec les gousses d'ail rôties et du thym citron.

TOMME VAUDOISE AUX HERBES FRAÎCHES

- 1 Tomme Vaudoise
- 1 + 1 càs d'huile d'olive
- 5 tomates cerises, coupées en 4
- 2 càs de tomates séchées, hachées
- 1 oignon rouge, haché
- 2 jeunes oignons, ciselés
- ¼ de càc de pili-pili en flocons
- quelques feuilles de basilic, en lanières
- sel, poivre

1. Arrosez la Tomme Vaudoise avec 1 càs d'huile d'olive.
2. Mélangez dans un récipient les tomates cerises, les tomates séchées, l'oignon rouge, les jeunes oignons, le sel et le poivre avec l'huile d'olive restante.
3. Répartissez le mélange sur la Tomme Vaudoise. Parsemez les flocons de pili-pili et le basilic.



SALTIMBOCCA DE POULET AU JAMBON CRU ET APPENZELLER® DOUX

Pour 8 saltimbocca
Préparation : 20 min
Cuisson : 11 min
Facile

- 2 filets de poulet, coupés en 4 dans la longueur
- 1 + 1 càs d'huile d'olive
- 4 tranches d'Appenzeller® Doux, coupées en 2 dans la longueur
- 8 feuilles de sauge
- 4 tranches de jambon cru, coupées en 2 dans la longueur
- sel, poivre

1. Enrobez les morceaux de poulet d'1 càs d'huile d'olive. Salez. Piquez-les sur des brochettes. Faites cuire 6 à 8 minutes sur le grill du barbecue.
2. Déposez sur chaque filet 1/2 tranche d'Appenzeller® et une feuille de sauge. Enroulez de jambon cru. Poivrez. Réalisez ainsi 8 saltimbocca.
3. Tapissez le grill du barbecue de papier alu. Posez les brochettes sur le grill. Badigeonnez-les d'huile d'olive restante. Faites cuire entre 5 et 7 minutes, couvercle fermé.

Variante : cuisson au four. Préchauffez le four à 200 °C. Faites y cuire les saltimbocca pendant 15 minutes.



MOULES GRATINÉES AU CRUMBLE D'EMMENTALER AOP

Pour une trentaine de moules
Préparation : 15 min
Repos : 30 min
Cuisson : 7 min
Facile

Crumble à l'Emmentaler AOP :

- 40 g d'Emmentaler AOP, râpé
- 4 càs de chapelure
- 2 gousses d'ail, hachées
- 2 càs d'herbes fraîches (ciboulette, basilic, persil plat), ciselées
- zestes d'½ citron

- 1 kg de moules, lavées, ébarbées
- 1 dl de vin blanc
- gros sel marin, poivre

Garniture :

- brins de ciboulette

1. Allumez le barbecue. Crumble à l'Emmentaler AOP :

mélangez l'Emmentaler AOP avec la chapelure et l'ail dans un récipient. Ajoutez les herbes, les zestes de citron, le sel et le poivre. Mélangez. Réservez.

2. Grattez bien les moules avec un petit couteau et faites-les tremper 30 minutes dans de l'eau. Egouttez. Faites cuire les moules arrosées de vin blanc dans une casserole bien chaude pendant 2 minutes. Jetez celles qui restent fermées. Egouttez les moules et réservez le jus. Posez une large feuille de papier alu sur le grill du barbecue. Faites remonter les bords. Ne gardez des moules qu'une moitié de coquille avec la chair. Posez-les sur le papier alu. Versez sur chaque moule, 1 càc de jus de cuisson et déposez du crumble à l'Emmentaler AOP. Saupoudrez de gros sel. Faites cuire sur le barbecue pendant 5 à 6 minutes. La chapelure doit être dorée et le fromage fondu.

3. Répartissez les moules sur des assiettes. Décorez avec la ciboulette.

Astuce : jetez les moules qui remontent à la surface de l'eau de rinçage ou celles qui sont déjà bien ouvertes ou cassées.



SALADE DE BETTERAVES, JEUNES CAROTTES, VINAIGRETTE À L'ORANGE ET ROSETTES DE TÊTE DE MOINE AOP

Pour 4 personnes
Préparation : 15 min
Facile

Vinaigrette à l'orange :

- jus d'1/2 orange
- 3 càs de vinaigre de Xérès
- 2 càs d'huile de noisette

- 8 mini-betteraves en bottes avec de la verdure ou 2 betteraves moyennes, en lanières, crues
- 1 poignée de salade mélange de jeunes pousses et fânes de betterave
- 2 carottes primeurs, en bâtonnets
- sel, poivre

Garniture :

- rosettes de Tête de Moine AOP

1. Vinaigrette à l'orange : mélangez dans un récipient, le jus d'orange, le vinaigre et l'huile de noisette. Réservez.
2. Mélangez dans un autre récipient les betteraves avec la salade de jeunes pousses et fânes de betterave et les carottes.
3. Répartissez la salade sur les assiettes. Nappez de vinaigrette. Garnissez de rosettes de Tête de Moine AOP.

Délicieux avec de la brioche.



COLE SLAW PIQUANTE

Pour 4 personnes
Préparation : 15 min
Repos : 30 min
Facile

Sauce piquante :

- 125 g de yaourt brassé
- 1 càs de chaque : mayonnaise, moutarde de Dijon, vinaigre de riz
- 2 càs de sauce chili
- 150 g de chou blanc, râpé
- jus d'1 citron
- 1 pincée de sucre

- 2 carottes, râpées
- 1 oignon rouge, émincé
- 2 jeunes oignons, ciselés
- 1 piment thaï, épépiné, haché
- sel, poivre

Garniture :

- fines lanières de Gruyère AOP Classic

1. Sauce piquante : mélangez dans un récipient le yaourt, la mayonnaise, la moutarde de Dijon, le vinaigre de riz et la sauce chili. Salez. Réservez au frais.
2. Mélangez dans un autre récipient le chou blanc avec le jus de citron et le sucre. Réservez 30 minutes.
3. Ajoutez ensuite les carottes, l'oignon rouge, les jeunes oignons, le piment, le sel et le poivre. Mélangez bien. Répartissez dans des bols. Décorez avec des lanières de Gruyère AOP.

KETCHUP AUX CONCOMBRES

Pour 4 personnes
Préparation : 15 min
Cuisson : 15 min
Facile

-
- 1 càs d'huile d'olive
 - 2 de chaque : gousses d'ail, échalotes, tiges de céleri, hachées
 - ½ poivron rouge, épépiné, en petits dés
 - 1 piment espagnol, épépiné, en petits dés
 - 1 càc de chaque : sel marin, moutarde en poudre, curcuma
 - 8 càs de cassonade
 - 1 dl de vinaigre de vin blanc
 - 2 concombres, non pelés, en petits dés
-

1. Faites revenir dans une cocotte l'ail, les échalotes, le céleri, le poivron rouge et le piment dans l'huile d'olive chaude. Ajoutez le sel, la moutarde en poudre et le curcuma en mélangeant. Poursuivez la cuisson pendant 1 minute.
2. Ajoutez ensuite la cassonade. Poursuivez la cuisson jusqu'à ce que la préparation commence légèrement à caraméliser. Cela prendra environ 8 minutes. Ajoutez les concombres et le vinaigre, et faites cuire 5 minutes supplémentaires.
3. Remplissez des pots à weck à l'aide d'un large entonnoir. Laissez refroidir. Fermez les pots.

SAUCE ROMESCO

Pour 4 personnes
Préparation : 15 min
Facile

-
- 2 poivrons rouges grillés, prêts à l'emploi
 - 1 poignée de tomates confites à l'ail, égouttées
 - 1 gousse d'ail, coupée en 2
 - ¼ de càc de pili-pili en flocons
 - 1 càc de poudre d'amandes
 - 1 tranche de pain, toastée
 - 1 càc de vinaigre de Xérès
 - sel, poivre
-

1. Mixez les poivrons avec les tomates, l'ail, le pili-pili, la poudre d'amandes et le pain dans le bol d'un robot de cuisine, jusqu'à ce que vous obteniez une purée.
2. Ajoutez le vinaigre, le sel et le poivre. Mixez à nouveau. Transvasez dans un récipient.

PAIN RUSTIQUE EN COCOTTE

Pour 1 pain
Préparation : 20 min
Repos : 10 min + 4 h
Cuisson : 45 min
Facile

-
- 1 càc + ½ càs de sucre
 - 1 + 2 dl d'eau tiède
 - 15 g de levure fraîche
 - 500 g de farine complète
 - 2 càc de sel marin
 - 1 càs d'huile d'olive
 - 1 càs de lait
 - une poignée de farine
-

1. Faites fondre 1 càc de sucre dans 1 dl d'eau tiède. Ajoutez ensuite la levure et diluez-la. Réservez pendant 10 minutes. Mélangez la farine, le sel marin et le sucre restant. Versez ce mélange dans le bol d'un robot de cuisine. Ajoutez l'eau restante, l'huile d'olive et la levure diluée. Pétrissez au robot pendant 10 à 15 minutes. La pâte sera toujours légèrement collante. Formez une boule.
2. Saupoudrez-la d'un peu de farine. Laissez lever la pâte pendant environ 1 heure 30 minutes. Posez-la ensuite sur un plan de travail fariné. Dégazez la pâte en l'écrasant légèrement et reformer une boule. Recouvrez d'un film alimentaire et réservez pendant 1 heure.
3. Chemisez une cocotte en fonte de papier cuisson. Façonnez la pâte en boule et posez-la dans la cocotte. Incisez avec une lame en faisant des quadrillages. Fermez le couvercle. Laissez lever la pâte 1 heure 30 minutes. Badigeonnez ensuite d'un peu de lait et saupoudrez de farine. Fermez le couvercle. Faites cuire au four préchauffé à 240 °C pendant 45 minutes.

Astuce : la cuisson à couvert du pain retient la vapeur à l'intérieur de la cocotte lors de la cuisson et assure l'humidité nécessaire.

Pour obtenir le meilleur résultat, ne soulevez surtout pas le couvercle pendant la cuisson, au moins au cours des 35 premières minutes.

Le pain est cuit quand la pointe du couteau ressort sèche.



LE GRUYÈRE AOP

La saveur typique du Gruyère AOP est appréciée des connaisseurs dans le monde entier. Le célèbre fromage à pâte dure est fabriqué depuis 1115 dans les alentours de la petite ville de Gruyères et produit dans les fromageries villageoises de Suisse romande selon la recette traditionnelle. Cette recette est inchangée depuis 900 ans. L'appellation d'origine protégée (AOP) garantit que le fromage vendu est un Gruyère AOP fabriqué conformément aux exigences imposées par le cahier des charges. Le Gruyère AOP est naturellement sans lactose ni gluten.

Le Gruyère AOP est de tous les plateaux de fromages. On le déguste également en fin de repas ou comme en-cas avec une tranche de pain croustillant. Il est encore utilisé dans la préparation de plats savoureux. Sans oublier que la fondue traditionnelle suisse, la fondue « Moitié-Moitié », est à base de Gruyère AOP.

www.gruyere.com



EMMENTALER AOP

L'Emmentaler AOP est né dans la vallée de l'Emme (ou Emmental), paisible rivière qui traverse la région de Berne. Dès le XIII^e siècle, on trouve trace de la fabrication de l'Emmentaler AOP dans les alpages, où ce géant d'environ 100 kg permettait de stocker du lait pour l'hiver. Au XIX^e siècle, l'Emmentaler AOP connaît un tel succès que la production est insuffisante pour satisfaire la demande. Pour compenser cette pénurie on commença à développer la production en plaine. Contrairement à ce que l'on craignait, le fromage n'avait rien perdu de ses qualités gustatives en descendant des alpages.

C'était le début d'une immense success-story qui fait qu'aujourd'hui, l'Emmentaler AOP est produit dans une grande partie de la Suisse tout en gardant toute l'excellence de sa saveur et que désormais, depuis septembre 2006, il est reconnu d'Appellation d'Origine Protégée.

www.emmentaler.ch



APPENZELLER®

Comme son nom l'indique, le fromage Appenzeller® est originaire du canton d'Appenzell, et plus globalement des Préalpes situées entre de lac de Constance et le massif de l'Alpstein, région comprenant quelques parties des cantons voisins de Thurgovie et Saint-Gall.

À l'image des habitants de cette région, connus pour leur fidélité à leurs traditions et coutumes, les fromages Appenzeller® est un fromage au caractère affirmé... son goût unique est essentiellement dû à la saumure à bas d'herbes aromatiques de montagne et d'épices (Sulz) avec laquelle les maîtres-affineurs le frottent depuis des siècles, et dont la composition est toujours jalousement tenue secrète !

www.appenzeller.ch



RACLETTE DU VALAIS AOP

Originaire du Valais, où elle est consommée grillée au feu de bois depuis le XVI^e siècle, la Raclette du Valais AOP continue à être fabriquée selon les méthodes traditionnelles dans le canton du Valais. Les bergers de ce canton qui compte plus de 51 sommets de plus de 4000 m d'altitude, ont commencé à faire chauffer leur fromage directement sur le feu pour lutter contre le froid mordant de l'hiver.

Fabriquée exclusivement à base de lait cru aromatique provenant de ce canton alpin, la Raclette du Valais AOP offre un goût puissant et généreux qui ravira les amateurs de raclette !

www.raclette-du-valais.ch



TOMME VAUDOISE

A l'origine, la Tomme Vaudoise est un fromage saisonnier, fabriqué depuis le XVII^e siècle dans les chalets d'alpages bordant le lac de Joux dans le Jura vaudois. Au fil du temps, elle est peu à peu descendue dans les plaines des cantons de Vaud et de Genève.

Joli petit palet blanc, la Tomme Vaudoise est un fromage délicat. Sous une croûte fleurie très fine, sa pâte lisse et tendre est crémeuse, d'une saveur délicatement lactique. Douce mais néanmoins typée, la Tomme Vaudoise s'affirme avec l'âge... jusqu'à devenir coulante.

www.fromagesdesuisse.be



TÊTE DE MOINE AOP

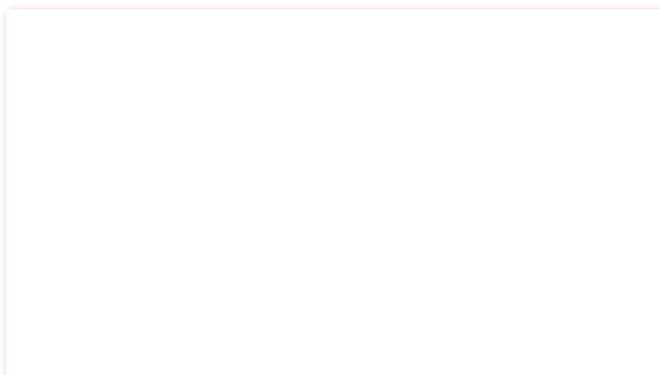
La région d'origine reconnue par l'AOP depuis janvier 2001 est composée des zones de montagnes de l'arc jurassien suisse, et plus particulièrement des districts des Franches-Montagnes et de Porrentruy dans le canton du Jura, ainsi que les anciens districts de Moutier et de Courtelary dans le canton de Berne. Dès 1192, ce fromage fut fabriqué à l'abbaye de Bellelay et servait de monnaie d'échange et de redevance aux princes-évêques de Bâle. Aujourd'hui, seules 7 fromageries perpétuent la tradition et un savoir-faire séculaire pour fabriquer ce fromage au lait cru de montagne. Afin d'exhaler toutes ses saveurs, la Tête de Moine AOP doit être dégustée en Rosettes, formées grâce à la fameuse Girolle®.

www.tetedemoine.ch



RETROUVEZ D'AUTRES RECETTES SUR NOTRE SITE
www.fromagesdesuisse.be

VOTRE SPÉCIALISTE



Régalez-vous avec **LES FROMAGES DE SUISSE**
et collectionnez les 5 mini-livres de recettes
de la deuxième collection



Suisse. Naturellement.

Les Fromages de Suisse.
www.fromagesdesuisse.be

