

Décembre 2023

bon Appétit

Coups de cœur



**Recettes de fête sélectionnées
en boucherie.**

Suisse. Naturellement.



Un ragout pour les fêtes.



Ce plat de veau braisé avec une sauce crémeuse aux morilles convient aussi bien pour les grandes invitations que pour le cercle familial.



Viande Suisse

La différence est là.

Conseils pratiques

Chère lectrice, cher lecteur,

Si vous souhaitez recevoir de bons conseils pour un repas spécial, le mieux est de vous rendre dans votre boucherie de confiance. Dans ce numéro, quatre bouchers recommandent un délicieux morceau de viande suisse et donnent des conseils sur sa préparation. À propos: même pour les jours de fête, il est possible de préparer de manière tendre et aromatique d'autres morceaux qu'un filet. Laissez-vous inspirer par nos délicieuses recettes festives.

Par ailleurs, saviez-vous que les métiers de la viande sont très variés? Découvrez des faits passionnants sur la formation – directement de nos professionnels.

Bon Appétit, vos bouchères et bouchers suisses

Conseils pour les fêtes de votre boucherie



Précommander

Pour un repas de fête réussi, la première étape est de commander la viande à temps dans votre boucherie. Mieux vaut trop tôt que trop tard!



Prétempérer

Sortez la viande du réfrigérateur assez à l'avance: les grandes pièces une heure, les petits morceaux au moins 30 minutes avant de les cuisiner.



Préchauffer les assiettes

Quel dommage lorsque le délicieux repas est prêt, mais les assiettes froides! Utilisez la chaleur résiduelle du four ou des plaques de cuisson.



On recherche: des professionnelles qui ont du goût

Les bouchères-charcutières et bouchers-charcutiers fabriquent des produits carnés raffinés, s'y connaissent en matière de bonne chère, font preuve de créativité et aiment le contact avec la clientèle. La formation offre le choix entre trois orientations.

Orientation production

L'orientation production permet de tout apprendre sur l'abattage, la découpe et le désossage dans les règles de l'art, en accord avec les dispositions légales et les principes de l'éthique animale. Les morceaux de viande sont préparés pour la vente ou transformés en produits comme du jambon. La fabrication de saucisses et l'utilisation entière des animaux font également partie du programme d'enseignement.

Orientation transformation

Produire les saucisses les plus diverses, des jambons, de la viande séchée, des plats du jour et bien plus encore: c'est l'objectif de l'orientation transformation. La fabrication de produits prêts à la vente est au cœur de l'apprentissage. Il s'agit en outre d'utiliser de manière sûre et hygiénique des machines perfectionnées aux diverses étapes de fabrication.

Orientation commercialisation

Dans l'orientation commercialisation, les professionnel-le-s sont formé-e-s à la fabrication de plateaux froids, de plats cuisinés, de produits traiteurs et à la participation à des services traiteurs. On y apprend également comment arranger le comptoir de manière attrayante et à gérer la vente. L'accent est mis sur le conseil à la clientèle et le service aimables et compétents, l'information sur la provenance de la viande et les suggestions pour l'élaboration et la préparation d'un menu.



Plus d'informations sur les formations et les formations continues ici.

sff.ch/fr/fachrichtungen-der-ausbildung



Faits sur la formation de boucher-charcutier/bouchère-charcutière

Exigences

- Intérêt pour la manipulation des aliments, notamment la viande
- Plaisir de bien manger et de cuisiner
- Sens de la propreté et de l'hygiène
- Sens des responsabilités
- Habileté manuelle
- Aptitude technique
- Bonne condition physique (également pour le travail en chambre froide)
- Bonne connaissance du français et bonnes manières

Durée

3 ans

Possibilités d'évolution

- Maturité professionnelle
- Brevet fédéral, p. ex. chef-fe d'exploitation économie carnée
- Diplôme fédéral, p. ex. maître boucher-ère-charcutier-ère
- Formations continues dans le secteur de la viande et des denrées alimentaires, p. ex. diplôme de technicien-ne ES en agroalimentaire

La diversité, c'est notre métier

**Qu'est-ce qui caractérise le métier de boucher? D'où vient la motivation?
Quatre bouchers suisses ayant réussi donnent un aperçu aux jeunes en train
de choisir une profession.**

*Remo
Meier*



Boucher, directeur et propriétaire
Boucherie Fischer AG, Langendorf

Pourquoi as-tu choisi le métier de boucher-charcutier?

J'ai fait des stages de cuisinier et de boucher, c'est la boucherie qui m'a le plus plu.

Qu'est-ce qui te plaît particulièrement dans ton métier?

La grande variété. De la production au marketing, les tâches sont très diverses, et je fais chaque jour de nombreuses belles rencontres.

Quel conseil donnerais-tu aux jeunes en train de choisir une profession?

De faire le plus de stages possibles et de découvrir de nombreux métiers et, surtout, sans préjugés.

Qu'est-ce qui t'a fait choisir cet apprentissage?

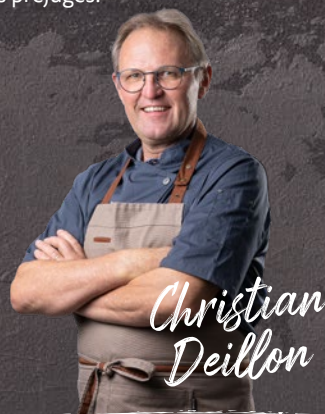
La tradition familiale – je représente déjà la troisième génération. Une autre motivation était ma passion pour la bonne nourriture.

Qu'est-ce qui te motive le plus chaque jour?

Le plaisir et la satisfaction de notre clientèle.

Quel message souhaites-tu transmettre aux personnes intéressées par la profession?

De choisir un métier varié, qui permet de faire plaisir à d'autres personnes, à sa clientèle notamment.



*Christian
Deillon*

Maître boucher, directeur et propriétaire
Boucherie Deillon, Romont

Severin Schwander



Maître boucher et responsable de filiale, responsable de la formation
Boucherie Schwander, Riggisberg

Qu'aimes-tu le mieux dans ton activité?

Le fait de pouvoir, le soir, vivre avec tous mes sens ce que j'ai fait toute la journée et même manger le résultat!

Quelle est la place de l'animal dans ton métier?

Essentielle. Pour moi, il y a deux types de critères de qualité pour la viande: premièrement, les visibles et mesurables, comme la couleur. Deuxièmement, les invisibles: l'animal a-t-il été bien traité, et le transport et l'abattage ont-ils été effectués de manière respectueuse?

L'une des expériences les plus gratifiantes que tu as vécues jusqu'à présent au travail?

Les petites choses de la vie: lorsqu'un client revient et donne un feed-back positif.

Markus Sandmeier



Boucher avec brevet fédéral, propriétaire
Sandmeier Fleisch und Feinkost AG,
Kölliken

Comment es-tu venu au métier de boucher?

Par mon père. C'est mon modèle, et il m'a également montré l'exemple en ce qui concerne le métier de boucher.

Quelle est l'importance de l'animal dans ton travail?

Le bien-être animal devient de plus en plus important dans notre société, et nous voulons répondre à cette préoccupation. Nous nous y engageons.

Tes plus grandes réussites professionnelles jusqu'à présent?

Mon titre de champion d'Europe des jeunes bouchers à Brême. Et que j'aie pu reprendre la boucherie de mes parents à 29 ans.

Carré de porc farci aux poires séchées et au thym

pour 6 personnes

Ingrédients

1,8 kg	carré de porc suisse
1 dl	jus de pomme
140 g	quartiers de poires séchées
½ bouquet	thym
1,2 kg	poireau
	sel
	poivre noir du moulin
2 cs	huile de tournesol HO ou huile de colza HOLL*
1 dl	marsala
4 dl	bouillon de poule
1	oignon
1	gousse d'ail
1	citron non traité
1 cs	beurre
300 g	riz à risotto
2 dl	vin blanc
9 dl	bouillon de légumes
120 g	fromage frais
50 g	sbrinz râpé

* Ces huiles stables à la cuisson sont idéales pour un usage à haute température.

Préparation

1 | Sortir la viande du frigo 1 heure à l'avance.

2 | Porter le jus de pomme à ébullition avec les poires, cuire 1 minute. Retirer du feu, laisser reposer 10 minutes. Effeuilier le thym et le hacher. Parer le poireau, le couper en deux en longueur, bien le rincer et le couper en morceaux d'env. 8 cm. Mettre dans un grand plat à gratin, saler et poivrer.

3 | Tailler une grande poche dans le carré à environ 2 cm de l'os. Farcir avec le thym et les poires trempées, fermer avec un cure-dent ou de la ficelle de cuisine. Saler et poivrer.

4 | Préchauffer le four à 180° C à chaleur tournante (chaleur supérieure et inférieure à 200° C). Chauffer l'huile à feu vif et y saisir le carré de tous les côtés, puis le déposer sur le poireau. Déglacer le fond de cuisson avec le marsala et le bouillon et verser le tout sur la viande. Cuire le carré dans le tiers inférieur du four pendant env. 40 minutes. Sortir le carré du four et le laisser reposer 10 minutes à couvert.

5 | Peler et hacher l'oignon et l'ail. Laver le citron et zester l'écorce.


6 | Faire fondre le beurre, y faire revenir l'oignon et l'ail jusqu'à ce qu'ils soient translucides. Ajouter le riz, déglacer au vin blanc, faire réduire. Mouiller à hauteur avec le bouillon chaud. Cuire le risotto al dente en ajoutant peu à peu le reste du bouillon en remuant. Incorporer le fromage frais, le sbrinz et le zeste de citron, saler et poivrer.


7 | Couper la viande en morceaux, dresser avec le risotto et le poireau.



Le conseil de Remo

Vous pouvez aussi faire tailler la poche dans le carré à la boucherie, nous vous aiderons volontiers.

 **Préparation**
70 minutes

 **Valeurs nutritives**
1 portion contient env.:
968 kcal | 67 g de protéines
42 g de lipides | 68 g de glucides

Le conseil de Christian

Lors de l'achat, demandez la partie la plus épaisse et la plus charnue de la poitrine, contrairement au rôti de veau roulé classique.

Poitrine de veau au four au romarin et au jus de cèpes

pour 4 personnes


Ingrédients


- 1 kg poitrine de veau suisse, voir le conseil
- 25 g cèpes séchés
- 2 dl vin blanc
- 2 oignons
- 2 gousses d'ail
- 1 cs huile de tournesol HO ou huile de colza HOLL* sel
- poivre noir du moulin
- 1 cs purée de tomates
- 4 dl fond de bœuf
- 4 brins romarin
- 4 dl bouillon de légumes
- 4 dl lait
- 200 g polenta moyenne
- 50 g beurre
- 800 g chou plume ou chou palmier
- flocons de piment

* Ces huiles stables à la cuisson sont idéales pour un usage à haute température.

Préparation

- 1 | Sortir la viande du réfrigérateur 1 heure à l'avance.
- 2 | Préchauffer le four à 160° C à chaleur tournante (chaleur supérieure et inférieure à 180° C). Faire tremper les cèpes dans le vin blanc. Peler et hacher finement l'oignon et l'ail.
- 3 | Chauffer l'huile à feu vif. Saler et poivrer la poitrine de veau et la faire revenir à feu vif 2 minutes de tous les côtés. Mettre dans un récipient plat allant au four. Étuver la moitié des oignons et de l'ail dans le fond de cuisson. Ajouter la purée de tomates et déglacer avec le fond. Ajouter les cèpes avec le vin blanc. Verser le tout sur la viande et ajouter les brins de romarin. Faire braiser la poitrine de veau dans le four chaud pendant 1 heure et demie à 2 heures en l'arrosant régulièrement de liquide.
- 4 | Porter le bouillon et le lait à ébullition. Incorporer la polenta en remuant, couvrir et laisser gonfler 15 minutes à feu doux. Incorporer la moitié du beurre, saler et poivrer.
- 5 | Laver le chou plume ou le chou palmier, effeuiller et couper en bouchées. Le cuire 5 minutes dans une bonne quantité d'eau bouillante salée, égoutter et refroidir sous l'eau froide. Faire revenir les oignons et l'ail restants dans le reste du beurre. Ajouter le chou et faire revenir brièvement. Assaisonner de sel, de poivre et de flocons de piment.
- 6 | Couper la viande en tranches, dresser avec le chou et la polenta et arroser de jus de cèpes.

 **Préparation**
120 minutes

 **Valeurs nutritives**
1 portion contient env.:
1017 kcal | 64 g de protéines
56 g de lipides | 52 g de glucides

Aiguillette à basse température avec hollandaise à la moutarde

pour 6 personnes


Ingrédients


1,2 kg	aiguillette de bœuf suisse, voir le conseil
2 cs	huile de tournesol HO ou huile de colza HOLL*
	sel
	poivre noir du moulin
4 brins	romarin
1 dl	vin blanc
1 l	lait
2 dl	crème
	muscade
800 g	persil tubéreux
1 kg	pommes de terre farineuses
250 g	beurre
3	jaunes d'œuf
2 cs	jus de citron
50 g	moutarde à gros grains

* Ces huiles stables à la cuisson sont idéales pour un usage à haute température.

Préparation

- 1 | Sortir la viande du frigo 1 heure à l'avance.
- 2 | Préchauffer le four et un plat à 80° C à chaleur tournante (chaleur supérieure et inférieure à 80° C).
- 3 | Chauffer l'huile à feu vif. Saler et poivrer la viande et la faire revenir 5 minutes de chaque côté, puis ajouter le romarin. Mettre dans le plat, planter le thermomètre dans la partie la plus épaisse et cuire env. 2 heures au four (température à cœur 58° C). Déglacer le fond de cuisson avec le vin blanc, réserver.
- 4 | Porter à ébullition le lait et la crème, assaisonner de sel, de poivre et de muscade. Peler le persil tubéreux, le passer au rabot et le cuire 5 minutes dans le lait et la crème. Peler les pommes de terre, les passer au rabot et les ajouter. Faire mijoter pendant 8-10 minutes à feu doux. Beurrer un grand plat, y verser la préparation et mettre au four également.
- 5 | Faire fondre le beurre à feu doux. Battre les jaunes d'œuf et le fond de cuisson au bain-marie jusqu'à obtenir une consistance crémeuse. Incorporer le beurre liquide goutte à goutte puis en filet pour lier la sauce. Incorporer le jus de citron et la moutarde, saler et poivrer et réserver la sauce au-dessus du bain-marie.
- 6 | Sortir la viande et la réserver au chaud. Mettre le four sur la position gril à 230° C et faire cuire le gratin pendant env. 15-20 minutes jusqu'à ce qu'il soit doré. Remettre la viande au four les 5 dernières minutes.
- 7 | Trancher la viande, dresser avec la sauce hollandaise et le gratin.

 **Préparation**
150 minutes

 **Valeurs nutritives**
1 portion contient env.:
992 kcal | 56 g de protéines
66 g de lipides | 40 g de glucides

12 *bon Appétit*



Le conseil de Severin

Commandez suffisamment tôt l'aiguillette rassise dans votre boucherie. Cuisez la viande avec sa couche de graisse, elle sera ainsi encore plus juteuse et aromatique.

filet de porc alsacien avec choucroute

pour 6 personnes


Ingrédients


2	filets de porc suisse d'env. 400 g chacun
16 tranches	lard de porc suisse
100 g	lardons de porc suisse
4	oignons botte
2 cc	huile de tournesol HO ou huile de colza HOLL*
100 g	crème fraîche
	sel
	poivre noir du moulin
	muscade
3	pommes rouges
2	oignons
1 cs	beurre
1 kg	choucroute
2 dl	vin blanc
2 dl	jus de pomme
2	feuilles de laurier
1 cc	baies de genièvre
1,2 kg	pommes de terre farineuses
2 dl	crème
3 dl	lait

* Ces huiles stables à la cuisson sont idéales pour un usage à haute température.

Préparation

- 1 | Sortir la viande du réfrigérateur 1 heure à l'avance.
- 2 | Laver les oignons botte et les couper en rondelles avec le vert. Faire revenir dans la moitié de l'huile avec les lardons. Ajouter la crème fraîche, assaisonner de sel, de poivre et de muscade. Laisser refroidir.
- 3 | Laver, épépiner, couper les pommes en fines tranches. Peler les oignons, les couper en lamelles. Les faire revenir ensemble dans le beurre. Ajouter la choucroute, le vin, le jus de pomme, les feuilles de laurier et les baies de genièvre et cuire 30 minutes à couvert à feu moyen. Saler et poivrer.
- 4 | Éplucher les pommes de terre et les faire cuire jusqu'à tendreté. Porter à ébullition la crème et le lait, assaisonner de sel, de poivre et de muscade. Passer les pommes de terre au presse-purée dans le liquide et lisser. Rectifier l'assaisonnement et réserver au chaud.
- 5 | Préchauffer le four à 120° C à chaleur tournante (chaleur supérieure et inférieure à 140° C). Entailler les filets de porc de manière à pouvoir les ouvrir à plat. Saler et poivrer la surface de coupe. Garnir avec la farce lardons-oignons, replier les filets et les enrober de tranches de lard.
- 6 | Chauffer le reste de l'huile à feu vif. Y faire revenir les filets de tous les côtés pendant 5 minutes, mettre dans un plat à gratin et braiser au four à mi-hauteur pendant 20-25 minutes. Sortir la viande du four et la laisser reposer 5 minutes.
- 7 | Couper la viande en larges tranches et dresser avec la choucroute et la purée de pommes de terre.

 **Préparation**
90 minutes

 **Valeurs nutritives**
1 portion contient env.:
778 kcal | 48 g de protéines
41 g de lipides | 47 g de glucides

Le conseil de Markus

Il est tout à fait possible de préparer la farce pour les filets de porc un jour à l'avance.

Calendrier des bouchers 2024

Cuisiner douze fois
comme un pro

Faire vos achats à la boucherie prouve que la confiance et la qualité suisse comptent autant pour vous que pour nos professionnels de la boucherie-charcuterie qui s'engagent chaque jour pour des produits de qualité. Pour vous remercier de votre considération, nous vous offrons notre calendrier avec douze idées de recettes pour une année 2024 délicieuse. Bon Appétit!

Le calendrier est disponible dans de nombreuses boucheries suisses, jusqu'à épuisement des stocks.



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



La différence est là.

Suisse. Naturellement.



Viande Suisse

aussi sur Facebook,



Instagram, Pinterest et TikTok

IMPRESSUM | Édition et rédaction: Proviande, Viande Suisse, Berne, viandesuisse.ch | Union Professionnelle Suisse de la Viande UPSV, Zurich, upsv.ch, bonappetit.ch | **Recettes et Foodstyling:** Florina Manz, Berne, arte-cucina.ch
Photographie: Food Visuals, Berne, foodvisuals.ch | **Concept, mise en page et texte:** Polyconsult AG, Berne, polyconsult.ch
Veuillez adresser vos remarques et souhaits à: Rédaction «bon Appétit», Proviande, Viande Suisse, case postale, 3001 Berne