

GILDE



**ATTENTION, PRÊT -
VÉGÉTARIEN!**

Nous souhaitons la bienvenue aux nos **nouveaux membres**

Alimentation beauté

Super recettes à cuisinier soi-même

frigemo
fraîcheur naturelle

LES AUTHENTIQUES
regiofrites



100%
huile de colza
suisse

NEW

6 régions
regiofrites

- Léman
- Suisse du Nord-Ouest
- Berne
- Suisse centrale
- Zurich
- Suisse orientale



www.regiofrites.ch

SUISSE GARANTIE ProCert



Chers hôtes

Manger sain est tendance. Et, si une nourriture saine favorise la beauté, alors tant mieux! Beauty food, superfood et plats photogéniques sont actuellement en vogue et nous avons le plaisir de mieux vous les faire connaître dans notre magazine de la Guilde.

Et, puisque nous parlons «santé», nous nous intéresserons aussi de plus près, dans ce numéro, au végétarisme et au véganisme. Ces deux tendances courantes, sans s'être pour autant banalisées, sont-elles vraiment bonnes pour la santé?

Être végétarien ne se limite pas à une alimentation particulière, c'est aussi, tout compte fait, un mode de vie. Si la santé motive l'adoption d'un régime végétarien, des aspects écologiques visant, par exemple, à préserver des ressources naturelles y participent aussi. Mais qu'en est-il vraiment des ressources lorsque nous importons du monde entier des produits à base de soja, du Quorn, des noix de cajou ou des avocats utilisés dans l'alimentation végétarienne comme alternatives idéales à la viande?

Le fait est que de plus en plus de personnes renoncent délibérément, en Suisse, à consommer de la viande. Le nombre des adeptes du végétarisme et du véganisme a fortement augmenté au cours des dernières décennies. Selon un sondage commandé par SwissVeg, 14 % des Suisses ont une alimentation végétarienne (11 %) ou végane (3 %). Le pourcentage des végétariens occasionnels, les flexitariens, est encore plus important avec 17 %. Près d'un tiers de la population fait donc délibérément attention à manger sans viande ou à en limiter sa consommation.

Il est également intéressant de constater qu'il y a beaucoup plus de végétariens en Suisse alémanique qu'en Suisse romande (12 % contre 5 %) et que la proportion de femmes parmi les végétariens est de 70 %, mais seulement de 40 % chez les véganes.

Nos chefs de la Guilde connaissent ces chiffres et ces tendances. Certains les suivent, comme le montre l'exemple d'Annegreth's Schützenstube à Schaffhouse. D'autres membres pourraient encore évoluer – à moins qu'ils ne souhaitent pas adhérer à cette tendance. C'est d'ailleurs leur bon droit, car, tout comme un client peut choisir dans quel établissement il désire manger, le restaurateur peut tout aussi bien décider ce qu'il propose à ses clients.

Et c'est le côté positif de la Guilde suisse des Restaurateurs-Cuisiniers dont les restaurants proposent un large éventail de produits pour tout public et pour tous les goûts. Cependant, tous les établissements de la Guilde ont une chose en commun: le plaisir de vous accueillir et de vous faire vivre des moments agréables.

Soyez les bienvenus et bonne lecture captivante!

R. F. Maeder

René F. Maeder



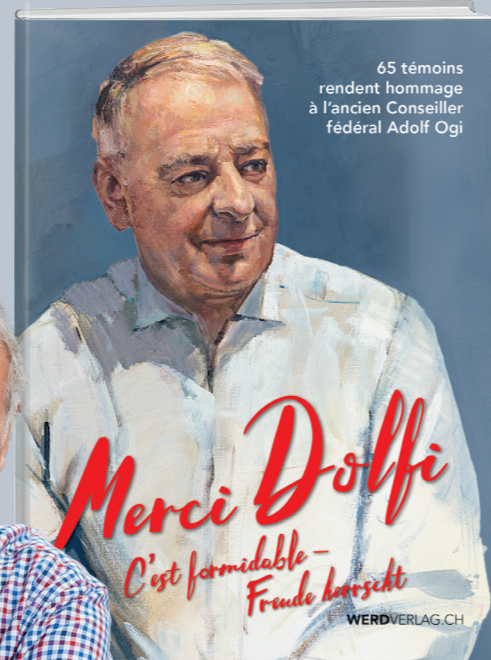


«MERCİ DOLFI»

65 TÉMOINS RENDENT HOMMAGE À L'ANCIEN CONSEILLER FÉDÉRAL ADOLF OGI

65 compagnons et témoins nationaux et internationaux rendent hommage à l'ancien Conseiller fédéral Adolf Ogi: Kofi A. Annan, Prince Albert de Monaco, Tony Blair, Bill Clinton, Doris Leuthard, Moritz Leuenberger, Ruth Dreifuss, Oskar Freysinger, Bertrand Piccard, Pierre Maudet, Filippo Lombardi et Marina Masoni ainsi que beaucoup d'autres personnalités connues du sport, de la politique, de la société, de l'économie, de la culture, de l'armée et des médias.

Ce livre résulte d'une coopération entre les maisons d'édition Weltbild et Werd & Weber Verlag.



«Merci Dolfi»
C'est formidable – Freude herrscht
21 x 28 cm, Fr. 59.–
ISBN 978-3-85932-899-0

Bestellung

Je souhaite commander ___ ex.
«Merci Dolfi: C'est formidable – Freude herrscht»
ISBN 978-3-85932-899-0, Fr. 59.–

Nom _____

Prénom _____

Adresse _____

CP/Lieu _____

E-Mail _____

Date _____ Signature _____

Weltbild WERDVERLAG.CH

Prière de renvoyer le talon à:

Werd & Weber Verlag AG, Gwattstrasse 144, 3645 Thun / Gwatt,

par fax à: 033 336 55 56 oder par mail à: mail@weberag.ch

Informations détaillées / commander en ligne: www.werdverlag.ch

Sommaire

à point

- 6 Attention, prêt – végétarien!
- 10 Cuisine végétarienne au restaurant Annegreth's Schützenstube
- 11 Recette végane exclusive de Annegreth Eggenberg

tendances gastronomiques

- 13 Rendre les produits alimentaires transparents
- 14 Moins (manger), c'est plus
- 20 Alimentation beauté

Recette

- 12 Velouté au basilic
- 17 Tourelle de tomate et de mozzarella
- 24 Risotto à la tomate et aux légumes méditerranéens
- 26 Crème brûlée à la lavande, au safran et au miel
- 27 Gratin de myrtilles avec glace à la menthe crépue et bonbon en pain aux poires

Partenaire

- 16 Glatz AG: Le grand parasol Palazzo
- 18 Sbrinz Käse GmbH: Sbrinz AOP

Mots croisés

- 22 Mots croisés avec très beaux prix

Événements

- 25 Événements culinaires et spectacles

Nouvelles

- 28 Nouveaux membres / Changement d'établissement / Changement de génération / Nouveaux partenaires
- 31 Journée réussie des Cuisiniers de la Guilde



À partir de la page **12** recettes des cuisines de la Guilde



FRAIS
FIT
VITAL
VÉGANE

Attention, prêt – végétarien!

Le végétarisme n'a rien de nouveau, mais c'est une idée qui n'a cessé de prendre de l'essor au cours des dernières décennies. Et ce mode de vie séduit aussi de plus en plus les non-végétariens, la tendance à manger sans viande prend de l'ampleur. L'offre dans les magasins alimentaires et dans les restaurants se développe, mais tout dépend du restaurant et de la région.

Comme l'indique la racine latine «vegetus» (= vivant, sain, frais), les végétariens renoncent à consommer des produits qui impliquent de tuer un animal. Dit simplement, un végétarien est donc quelqu'un qui ne mange pas de viande. Cette définition est toutefois réductrice, car il existe différents types de régimes végétariens. Les formes les plus courantes de végétarisme figurent dans l'encadré ci-dessous.

FORMES DE VÉGÉTARISME

- Les lacto-ovo végétariens mangent des produits laitiers (lait, fromage et yaourt) et des œufs, mais pas de viande ni volaille, fruits de mer ou poisson. «Lacto» signifie lait, «ovo» œuf.
- Les lacto végétariens mangent des produits laitiers, mais pas d'œuf ni viande, volaille, fruits de mer ou poisson.
- Les ovo végétariens mangent des œufs, mais évitent la viande, le poisson, le lait et les produits laitiers.
- Les véganes évitent tous les aliments d'origine animale (viande, poisson, lait, œufs ou miel).



Selon une étude de Swissveg réalisée en 2017, 11% des Suisses sont végétariens et 3%, véganes. Ils renoncent à manger de la viande pour diverses raisons, notamment pour le bien-être des animaux ainsi que pour des raisons éthiques et écologiques, mais aussi pour leur santé personnelle. On constate, par ailleurs, une tendance croissante au véganisme.

Avantages et inconvénients

Un régime qui fait l'impasse sur la viande n'est pas obligatoirement mauvais pour la santé, mais peut l'être. Si le régime végétarien n'est pas bien équilibré, il risque de présenter des carences alimentaires, de provoquer des problèmes de résorption et de digestion des nutriments. Le régime végétarien, et principalement végétal, peut aussi s'avérer problématique – en particulier chez les véganes. Dans un régime végétarien, une grande partie de la nourriture est consommée à l'état naturel, ce qui augmente aussi, malheureusement, le risque d'allergies alimentaires. Qui plus est, si le régime est strictement végétarien, des carences en protéines, sels minéraux, oligo-éléments et vitamines – en particulier en fer, iode, vitamine B12 et calcium – peuvent se manifester. Il est toutefois possible d'éviter ces problèmes avec une alimentation végétarienne variée et en étant vigilant. En outre, le véganisme est aussi bénéfique pour le corps humain: un régime végétarien peut aider à réduire le taux de cholestérol, à contrôler le diabète, à prévenir le cancer et à apporter des vitamines.

À quoi être attentif?

Pour avoir un régime végétarien varié et équilibré, il est conseillé de suivre les principes de la pyramide alimentaire, de sélectionner soigneusement ses aliments et de diversifier son alimentation. Les végétariens peuvent couvrir leurs besoins en protéines avec des haricots, des lentilles, des légumineuses, des graines diverses et des pois. Les ovo-lacto végétariens peuvent aussi consommer des œufs et des produits laitiers. De nombreux aliments courants, tels que le pain complet, les légumes, les pommes de ter-



re et le maïs, permettent aussi d'avoir un apport rapide en protéines et fournissent suffisamment d'acides aminés essentiels par jour. Les haricots séchés, le tofu, les épinards, les blettes, les pommes de terre au four, les noix de cajou, les fruits séchés et les aliments enrichis en fer sont tous de bonnes sources de fer. Pour

augmenter la quantité de fer absorbée lors d'un repas, on peut également manger des aliments qui contiennent de la vitamine C, tels que des agrumes ou des jus, des tomates ou du brocoli. Le brocoli, le chou, la moutarde, le lait de soja enrichi en calcium et le jus d'orange sont de bonnes sources de calcium. L'apport recommandé en vitamine B12 pour les adultes

est très faible, or cette vitamine est un nutriment tout à fait essentiel. Les aliments enrichis comme certaines céréales, la levure alimentaire ou le lait de soja en sont de bonnes sources – les ovo-lacto végétariens peuvent également consommer des produits laitiers et des œufs. Les quatre principaux groupes alimentaires des végétariens en bonne santé sont, par conséquent, les fruits, les légumineuses, les légumes et les produits complets. Il n'est donc pas tout à fait vrai que le régime végétarien soit obligatoirement mal équilibré.

La cuisine végétarienne a encore du chemin à faire

L'intérêt pour une cuisine sans viande s'est particulièrement développé au XXIe siècle, or le nombre de végétariens est resté assez stable au cours de la dernière décennie. Le véritable secteur de croissance concerne les «flexitariens». Ce sont des personnes qui n'ont pas complètement abandonné la viande, mais qui s'ef-



forcent délibérément d'en consommer moins. Malgré la croissance du marché, manger hors de chez soi quand on est flexitarien, végétarien et surtout végane peut relever du parcours du combattant. Tandis que certains restaurants sont entièrement végétariens ou proposent un menu séparé pour les végétariens, bon nombre de restaurants ne veulent toujours pas mettre ces plats à leur carte ni suivre cette tendance. C'est d'ailleurs leur bon droit, car, tout comme un client peut choisir dans quel établissement il désire manger, le restaurateur peut tout aussi bien décider ce qu'il propose à ses clients.

Au choix des plats vient s'ajouter une difficulté supplémentaire: les plats de légumes alternatifs sont préparés avec des ingrédients que les végétariens et les véganes ne mangent pas, c'est le cas du beurre, du bouillon de poule ou de viande et de la gélatine. Quand on mange hors de chez soi, on privilégie l'aspect sortie, cela vaut autant pour les végétariens que pour les personnes qui apprécient de temps en temps des plats sans viande, voire qui les préfèrent. L'intérêt de la sortie au restaurant perd toutefois de son charme lorsque le choix du menu est restreint et prévisible. Le fait que les restaurants étoffent progressivement leurs menus végétariens en réponse aux demandes des clients est une bonne nouvelle. On trouve même certains pionniers dans le domaine qui élaborent depuis un certain temps leurs menus sans viande. C'est le cas de la famille Hiltl qui cuisine complètement sans viande dans ses restaurants depuis 1898.

Au restaurant, c'est l'aspect sortie qui prime.

L'inspiration de la cuisine internationale

Les sources d'inspiration pour les plats sans viande ne manquent pas, en particulier dans la cuisine internationale. Les menus asiatiques – chinois, japonais, thaï et vietnamien – proposent de nombreuses options sans viande avec du riz, des pâtes, des légumes et du tofu. Les cuisines sud-asiatiques – indienne, sri-lankaise, birmane, pakistanaise et népalaise – sont réputées pour leurs plats sans viande accompagnés de pain, lentilles, haricots, riz, curry de légumes et yaourt. Les cuisines italienne, grecque et moyen-orientale proposent de nombreux plats sans viande comme les pâtes primavera, les falafels, le couscous, le minestrone, les plats à base d'aubergines, les salades grecques et le taboulé. La cuisine mexicaine offre, quant à elle, un large éventail de plats

adaptés aux végétariens: burritos, fajitas, tacos, enchiladas, quesadillas et tamales de riz et haricots. La viande n'est alors plus nécessairement l'élément central d'un plat autour duquel s'ordonnent les accompagnements. Les légumes jouent désormais les chefs d'orchestre dans les assiettes. Dans le Food Report 2018, Han-

ni Rützler parle même de la révolution copernicienne dans notre culture alimentaire: «Nous ne deviendrons pas tous végétariens, mais nous nous sommes rendu compte que la viande ne doit pas être le centre des plaisirs de la table». Approcher d'autres cultures alimentaires et découvrir de nouvelles possibilités d'utilisation des plantes qui les composent offrent des perspectives d'innovation inattendues et de nouvelles sensations gustatives.



Cuisine végétarienne au restaurant Annegreth's Schützenstube

Les cuisines végétariennes et véganes sont en plein essor. La prise de conscience grandissante de l'importance de l'alimentation et du développement durable entraîne en corollaire la croissance de la demande d'alternatives sans viande. Le restaurant Annegreth's Schützenstube, à Schaffhouse, propose chaque jour à ses clients deux menus de midi végétariens.

Madame Eggenberg, où puisez-vous l'inspiration pour vos recettes?

J'achète depuis des années des livres de cuisine du monde entier. Je trouve passionnant d'agrémenter les produits régionaux avec toutes sortes d'épices et d'en faire des plats originaux. Les techniques culinaires utilisées de par le monde m'intéressent aussi énormément.

Depuis quand proposez-vous un menu végétarien?

Quand j'ai été confrontée à la cuisine végétarienne dans un restaurant au début des années 90, j'ai réalisé à quel point elle pouvait être variée et délicieuse.



Annegreth Eggenberg, du restaurant de la Guilde Annegreth's Schützenstube.

Que faites-vous pour avoir une cuisine végétarienne ou végane variée?

Les légumes de saison sont la clé – cela stimule ma créativité. Je mélange aussi la cuisine suisse traditionnelle avec la cuisine italienne, nordique, asiatique ou orientale.

Quelle cuisine préférez-vous personnellement et pour quelle raison?

La cuisine indienne végétarienne a des racines ancestrales. Elle est très équilibrée et je trouve fascinant qu'elle fasse appel à tous les sens.

Quel type de cuisine végétarienne est le plus apprécié des clients?

Les cuisines indienne et italienne. Mais aussi mes propres créations, qui associent différentes cuisines.

Que pensez-vous des alternatives à la viande telles que le Quorn?

Personnellement, je préfère travailler avec mes produits maison.

Peut-on parler de tournant majeur dans notre culture alimentaire?

Force est de constater que la cuisine végétarienne occupe désormais une place importante le midi. Tandis que le soir, ce sont les plats de poisson et de viande. Lors des réceptions, il n'y a éventuellement que quelques rares personnes qui mangent végétarien.

Quel mode d'alimentation préférez-vous?

Je suis flexitarienne, je mange ce dont j'ai envie en fonction de la disponibilité.

À quoi faut-il être particulièrement attentif quand on est végétarien?

Varié son alimentation et ne pas se limiter aux quelques légumes à la mode, parfois faire preuve de curiosité et faire ses courses au marché toutes les semaines. Pour les véganes, les légumineuses ainsi que tous les produits à base de soja, les noix et les huiles pressées à froid sont essentiels.

Quelles sont les meilleures alternatives végétales aux protéines et au fer?

Les légumineuses et les produits à base de soja comme le tofu, qui est délicieux s'il est bien préparé, les légumes actuellement de saison tels que le chou frisé, les choux de Bruxelles et les betteraves.

SUR LA PAGE
À DROITE VOUS
TROUVEZ L'UNE DE
MES RECETTES
VÉGANES
EXCLUSIVES.



Seitan

5 kg de farine • 3,5 l d'eau tiède

Bouillon

3,5 l d'eau • 5 dl de sauce soja • Épices (p. ex., curry, flocons de piment, thym, poivre, clous de girofle, feuilles de laurier, oignon et poudre d'ail)

Seitan

Mélanger la farine et l'eau pour faire une pâte sans grumeaux. Recouvrir la pâte d'eau froide. Laisser reposer pendant la nuit dans la cuisine. Remplir d'eau chaude une première bassine, placer une plaque en tôle de la même taille sur une deuxième bassine et préparer une plaque pour les boules de pâte pétries dans l'eau et prêtes à l'emploi. Pétrir la pâte par portions dans l'eau chaude jusqu'à ce qu'elle devienne caoutchouteuse. Placer ensuite sur la plaque et pétrir alternativement dans l'eau froide et chaude jusqu'à ce qu'il n'y ait plus d'amidon blanc qui s'écoule des morceaux de pâte.

Bouillon

Assaisonner généreusement à volonté, par exemple avec le curry, les flocons de piment, le thym, le poivre, les clous de girofle, les feuilles de laurier, l'oignon et la poudre d'ail. Porter le tout à ébullition. Pendant ce temps, couper des morceaux de seitan (gluten de blé) pas trop gros sur une planche humide (cela leur permet d'absorber complètement l'assaisonnement), puis les faire immédiatement glisser dans le bouillon. Laisser mijoter environ 45 minutes. Retirer du bouillon et émincer une fois refroidis, faire dorer à volonté dans du beurre à rôtir ou de l'huile de colza.

Émincé de seitan



Pour un menu végane

Porter l'eau à ébullition avec une cuillère à café de purée d'amandes. La purée d'amandes épaissit au fur et à mesure de la cuisson comme du beurre de cacahuète. Si nécessaire, ajouter de l'eau, rectifier l'assaisonnement avec quelques gouttes de jus de citron, de la sauce soja ou du tamarind. Cette sauce de base est très simple et constitue une excellente alternative végane aux sauces à la crème. Ici aussi, napper le seitan chaud de sauce chaude.

Pour un menu végétarien

Porter la crème à ébullition avec du tamarind ou de la sauce soja, faire réduire un peu et rectifier l'assaisonnement avec quelques gouttes de jus de citron. Attention: ne jamais réchauffer le seitan dans la sauce, sinon tous les arômes partent dans la sauce et le seitan n'a plus de goût. Conseil: régénérer le seitan dans le steamer avec les légumes et ne verser la sauce sur le seitan qu'une fois dans l'assiette.

Servir avec des rôtis croustillants et des légumes de saison.



Velouté au basilic

1 oignon • 2 gousses d'ail • 5 c. à s. d'huile d'olive • 200 g de pommes de terres épluché et quadrillé • 700 ml de bouillon de légumes • 200 ml de crème entière • 60 g de sbrinz • 1 c. à c. de moutarde douce • un peu de sel • poivre fraîchement moulu • noix de muscade • 2 bottes de basilic d'env. 30 g chacune

Éplucher l'oignon et l'ail. Détailler l'oignon en petits cubes et hacher l'ail. Les faire revenir dans l'huile d'olive chaude.

Ajouter les pommes de terre, le bouillon de légumes et la crème en mélangeant avec le fouet. Porter le tout à ébullition et laisser mijoter à feu doux pendant 10 minutes.

Râper le sbrinz et mélanger à la soupe avec la moutarde.

Saler, poivrer et ajouter la noix de muscade. Détacher les feuilles de basilic, les ajouter à la soupe et tout réduire en purée. Verser immédiatement la soupe dans de petits bols et servir.

Au printemps, la soupe peut être agrémentée de jeunes légumes du potager. On utilisera à volonté des légumes vapeur, de jeunes feuilles de salade et des herbes aromatiques.

Rendre les produits alimentaires transparents

Les consommateurs veulent la transparence, les détaillants l'exigent. Les producteurs de denrées alimentaires qui affichent la transparence gagnent la confiance. Mais que signifie ce changement pour l'industrie alimentaire?

Le consommateur moderne a commencé à s'intéresser de près à la provenance et au contenu de son alimentation. Qu'y a-t-il dans les aliments emballés, d'où proviennent les ingrédients, qui les a produits et comment?

La transparence dans la chaîne alimentaire porte sur de nombreux domaines différents. Elle inclut, à coup sûr, une étiquette «clean», autrement dit, des aliments avec moins d'ingrédients, de conservateurs ou d'arômes artificiels, de colorants et d'édulcorants. Cela signifie une liste d'ingrédients plus courte avec moins de termes à connotation chimique. Les consommateurs exigent également des alternatives authentiques, éthiquement responsables et plus simples aux procédés traditionnels de production de masse. Le «clean eating» est à l'origine de démarches fondamentales de développement de produits qui s'intéressent à un retour à la transformation naturelle des aliments et

à la recherche de saveurs originelles. La conservation en bocaux – un procédé qui connaît un certain regain grâce au concept de clean eating et qui se passe fort bien de tous les additifs en E – en est sûrement un bon exemple.

Les aliments racontent une histoire

Remplacer des ingrédients artificiels par des naturels n'est toutefois que le début, car les entreprises alimentaires ont aussi pris conscience des changements et de l'évolution considérable de la communication destinée à la commercialisation de leurs produits. Les producteurs doivent raconter leur histoire aux consommateurs à un niveau personnel et marquer des points avec leur code éthique et environnemental, car les consommateurs d'aujourd'hui ne se contentent plus d'acheter le produit, mais aussi les valeurs qu'il véhicule. La transparence dans l'industrie alimentaire va donc bien au-delà de la simple divulgation d'ingrédients. Pour

réussir, les concepteurs de produits et les spécialistes du marketing doivent prendre en compte tous les aspects de la transparence. Le chemin est le but: il ne s'agit pas seulement d'avoir une étiquette clean, le consommateur attend la transparence dès le processus de fabrication. Les jeunes entreprises et les nouvelles marques ont certainement un avantage sur ce plan. Alors que les entreprises bien établies doivent se réinventer dans l'industrie alimentaire dite naturelle et modifier leurs recettes, la pression est moins forte sur les jeunes entreprises qui peuvent fournir à leurs groupes cibles des produits convaincants et développer une identité de marque authentique. Néanmoins, même les grands acteurs du secteur ne peuvent plus échapper à cette évolution et ont réagi. C'est le cas de Nestlé, qui a commencé en 2015 à bannir de ses produits des arômes et des colorants artificiels et peut désormais arborer sur ceux-ci la mention «sans arômes ou colorants artificiels».



Moins (manger), c'est plus

Si le conditionnement de bons produits alimentaires était pratique, seraient-ils plus souvent consommés, quel que soit le prix? Un concept intéressant qui a déjà radicalement changé nos habitudes alimentaires, tout particulièrement à une époque où le confort et l'accessibilité jouent un rôle important dans nos vies.

Les consommateurs d'aujourd'hui cherchent constamment comment maximiser leur temps libre et le revenu dont ils disposent afin d'en tirer le meilleur parti. Cette tendance se traduit aussi dans les habitudes alimentaires. Il est faux de croire que cela se fasse nécessairement au détriment d'une alimentation saine et équilibrée.

Les raisons de la tendance aux «plats cuisinés»

Une étude réalisée en 2008 a révélé que beaucoup de gens, en particulier les

générations Y et Z, ont l'impression d'être pressés tout le temps et de ne pas avoir assez de temps pour leur famille et leurs loisirs. Plus de 50% des personnes interrogées ont également déclaré que le manque de temps constituait pour elles un problème plus important que l'argent. Cette tendance influe aussi sur la consommation et la préparation des plats. Avec le changement des modes de vie et leur accélération, les consommateurs passent aujourd'hui moins de temps à planifier et à préparer leurs repas. De nombreux consommateurs ne savent

souvent pas encore, à 16 heures, ce qu'ils vont dîner et ne consacrent qu'une trentaine de minutes à la préparation de leur repas. Les changements d'habitudes, le mode de vie actuel toujours affairé et la conception de la cuisine font que l'on prend de plus en plus souvent ses repas à n'importe quel moment – souvent seul, aussi.

Ses caractéristiques

La tendance aux plats cuisinés – surgelés, soupes en sachet, sandwichs, etc. – ne date pas d'hier. Tous ces produits ont en commun de faire gagner du temps au consommateur et de lui éviter la peine de préparer à manger. Tandis que la restauration a principalement à sa disposition des produits prêts à cuisiner, les consommateurs achètent essentiellement des produits qu'ils n'ont plus qu'à faire chauffer ou prêts à être consommés. La tendan-



ce aux plats cuisinés a de multiples facettes, mais elle doit aussi évoluer en permanence et converger avec d'autres tendances pour répondre aux besoins de la société. Cela va bien au-delà des produits prêts à servir, faciles à préparer et accessibles. Les consommateurs d'aujourd'hui dictent l'avenir de l'industrie alimentaire par leur désir de produits sains et abordables. Consommer sain dans tous les domaines de l'industrie alimentaire est aussi la préoccupation majeure du secteur depuis quelques années. Le désir et la demande d'aliments sains ont considérablement pris de l'ampleur et le consommateur d'aujourd'hui est devenu plus exigeant. Il ne se sent plus obligé de faire des compromis sur son alimentation pour avoir la maîtrise de son emploi du temps. Il évite les mauvaises habitudes alimentaires et recherche activement des produits qui satisfont son be-

soin fondamental de se nourrir et contribuent aussi – rapidement et facilement, bien sûr – à son bien-être. Les plats cuisinés sont une manière de raccourcir les temps de cuisson et la liste des courses. Cuisiner avec moins d'ingrédients rend le consommateur plus vigilant sur ce qu'il met dans son assiette: l'essentiel est tout simplement de préparer un bon repas, sans se compliquer l'existence. La qualité prime sur la quantité, un peu de travail en cuisine en échange d'un maximum de goût.

Plats cuisinés et personnalité

La volonté des générations Y et Z de manger des aliments plus sains et plus écologiques et la montée des entreprises alimentaires qui fournissent à ces clients des ingrédients nutritifs et frais, rapidement transformables en repas cuisiné, constituent un énorme défi pour le sec-

teur des aliments préparés. La devise «tu es ce que tu manges» acquiert de plus en plus d'importance.

L'essentiel n'est plus seulement de bien manger et sainement, mais plutôt aussi de construire l'identité du consommateur: la nourriture devient une extension de la personnalité. De la même manière que les gens ont toujours cherché à s'exprimer à travers leurs vêtements et leurs possessions, les générations Y et Z continuent d'explorer et de manifester leur identité à travers ce qu'ils mangent. L'alimentation est devenue une autre plateforme d'expression des consommateurs et des entreprises – un moyen d'exprimer la créativité et même un sens du design.



Palazzo – sur mesure et nouvelles tailles standard

À point nommé pour la saison 2018, Glatz, le spécialiste suisse des parasols, développe sa gamme Palazzo de grandes tailles. Adaptés aux besoins spécifiques de la restauration et de l'hôtellerie, les trois modèles Style, Noblesse et Royal peuvent être fabriqués sur mesure dans plusieurs tailles spéciales. Désormais, les trois modèles Palazzo Style et les deux modèles Palazzo Royal sont disponibles en nouveaux formats standard qui résistent sans difficulté à des vitesses de vent élevées de 110 km/h.

En plus des nombreuses tailles standard et spéciales disponibles, Glatz produira à partir de la saison prochaine les modèles Palazzo Style, Noblesse et Royal à la taille demandée – pour répondre aux besoins spécifiques des clients de la restauration et de l'hôtellerie. Sur place, nos partenaires de distribution agréés et certifiés évaluent la surface extérieure, échangent avec des architectes, des urbanistes et les restaurateurs pour proposer des solutions d'ombrage personnalisées.

Les grands parasols XL de la gamme Palazzo conviennent parfaitement à la restauration en plein air et sont plus que jamais très demandés. Une raison de plus pour le fabricant d'étendre sa gamme de trois nouveaux modèles Palazzo Style et de deux modèles Palazzo Royal en format standard à partir de la saison 2018. La stabilité des

grands parasols se remarque surtout dans les emplacements exposés au vent. C'est notamment le cas du modèle Palazzo Royal qui résiste à des vents jusqu'à 110 km/h avec une toile de 5 mètres sur 5.

Tous les modèles Palazzo protègent non seulement du soleil et de la pluie, mais, labellisés «UV Protection», ils garantissent également une protection UV supérieure à 98% pour tous les tissus d'ameublement. Carré, rectangulaire ou rond au format XL, le parasol s'ouvre et se ferme à la manivelle ou, sur demande, par télécommande radio à l'aide d'un moteur intégré. Chaque modèle Palazzo peut être équipé en option d'un chauffage, d'un éclairage à LED, de socles, de douilles à sceller, de gouttières, de serrures. De nombreux autres accessoires sont disponibles.

En cas de rénovation ou de transformation, l'enjeu pour la restauration en plein air va au-delà de la simple solution d'ombrage. L'objectif est d'harmoniser l'espace intérieur et extérieur et de servir de pôle d'attraction pour la clientèle. Au moment de choisir un parasol de grande taille, il faut également tenir compte de l'espace disponible et de l'ensoleillement ainsi que de la nature du sol. Seul un concept pensé jusque dans les moindres détails garantit l'utilisation correcte du parasol et une circulation optimale à l'extérieur de l'établissement.



Contact

Glatz AG
Neuhofstrasse 12
8500 Frauenfeld

Téléfon +41 52 723 64 64
E-Mail: dc@glatz.ch

www.glatz.ch

Glatz
Shade in Swiss Quality

Tourelle de tomate et de mozzarella

4 tomates bien mûres • 2 boules de mozzarella • 2 petites courgettes • 8 tomates cerises en grappes • sucre, sel et poivre • un peu d'huile • un peu de vinaigre balsamique épais

Sauce au vinaigre balsamique

1 dl de vinaigre balsamique blanc • 1 dl d'huile d'olive • 1 dl de bouillon de légumes • poivre et sel

Pesto au basilic

50 g de feuilles de basilic • 1 gousse d'ail • 1/2 c. à c. de sel • 2 c. à s. de parmesan • 1 c. à s. de pignons • 1 dl d'huile d'olive

Couper les courgettes en fines lanières. Couper les tomates et la mozzarella en tranches, assaisonner. Former une tourelle en alternant une tranche de tomate sur une tranche de mozzarella, verser quelques gouttes de pesto. Ajouter la sauce au vinaigre balsamique. Sucrez, saler, poivrer les tomates cerises, mettre un filet l'huile, puis faire cuire au four pendant 6 à 10 minutes.

Sauce au vinaigre balsamique

Bien mélanger tous les ingrédients, poivrer et saler.

Pesto au basilic

Hacher le tout finement et mélanger pour faire un pesto.



Restaurant Landhaus
9424 Rheineck
Tél. +41 71 888 12 60
www.landhaus-rheineck.ch



Sbrinz AOC – un dur de dur né au cœur de la Suisse



Rudesse
et charme,
typiquement
sbrinz.



Le sbrinz est prisé depuis des siècles au-delà des frontières nationales suisses. Si populaire que la plus courte liaison entre la Suisse centrale et le nord de l'Italie, avant l'ouverture du Saint-Gothard, s'appelait la route du sbrinz, du nom du fromage.

Des documents attestent que, dès le XVI^e siècle, le «formaggio di Sbrinzo – d'excellente qualité», né du cœur de la Suisse, passait à dos de mulets les cols de Brünig, Grimsel et Gries pour le grand bonheur du pape Clément VIII (1592 – 1605).

En empruntant aujourd'hui la route du sbrinz, on va à la rencontre d'une région rude, qui ne manque pas pour autant de charme et qui a aussi marqué le caractère du sbrinz. Pas étonnant que ce fromage dur et corsé s'accorde si bien avec la nature et les hommes qui peuplent cette région entre Lucerne et le nord de l'Italie. La route du sbrinz relie régions et cultures au-delà des frontières nationales – mais elle n'est pas la seule à le faire, car le sbrinz AOC s'en charge aussi depuis des temps reculés.

Seul du lait cru de première qualité entre dans sa production. Le processus de fabrication est constamment contrôlé afin de garantir au consommateur un produit de première qualité, 100% naturel. Les vingt-huit fromageries sélectionnées avec soin, en plaine ou sur les alpages de Suisse centrale, travaillent en suivant un cahier des charges strict. Le recours à des additifs ou à des organismes génétiquement modifiés est interdit. Pour parvenir à maturité, le sbrinz AOP a besoin de temps, de beaucoup de temps. Dans l'idéal, il est prêt à être consommé après vingt-quatre mois d'affinage.

Plus il avance en âge, plus il développe son bouquet aromatique et corsé. Le sbrinz se déguste en brisures (oubliez vos couteaux et brisez-le à la main!), raboté en rebibes ou tout simplement râpé.



Contact

Sbrinz Käse GmbH
Merkurstrasse 2
6210 Sursee

Tél. +41 914 60 60
Fax +41 914 60 61
E-Mail: info@sbrinz.ch

www.sbrinz.ch

Fournisseurs:
EMMI Interfräis, Intercheese AG,
Prodega, CCA



Superfoods de chez nous



Graines de courge

Non seulement elles ont bon goût, mais elles contiennent également de nombreux antioxydants, surtout de la vitamine E. Il a également été démontré que les graines de courge ont des bienfaits cardiovasculaires et peuvent diminuer la tension artérielle. Elles contiennent beaucoup de zinc, important pour une peau saine, de beaux ongles et de beaux cheveux.



Mil

Cette céréale ancienne est l'une des rares qui soit sans gluten. Le mil est riche en vitamines et sels minéraux. Il a plus d'antioxydants que des super-aliments comme les grenades et les baies de goji. Il est également très riche en fer et en fibres et contient des quantités plus importantes de sels minéraux essentiels que le blé raffiné moderne, le maïs et le riz.



Graines de chanvre

Grâce à leur petite taille et à leur goût relativement neutre, on peut pratiquement les utiliser dans n'importe quel plat. Qui plus est, ces petites graines sont de vraies bombes protéiques – rien que trois cuillères à soupe contiennent environ 11 grammes de protéines!

Alimentation beauté

De nos jours, tout le monde parle de «beauty food» et de «superfood». Le concept de superfood est, en particulier, omniprésent – à tel point qu'on dirait que chaque jour voit apparaître un super-aliment. Mais que signifie au juste super pour un produit alimentaire?

À y regarder de plus près, les superfoods sont des aliments sains normaux, il n'existe pas de critères précis qui permettent de qualifier un aliment de super-aliment. Par conséquent, n'importe quel aliment sain devrait pouvoir y correspondre. Il arrive souvent qu'un fruit ou un légume que l'on sait impopulaire ou tombé dans l'oubli soit commercialisé comme superfood – c'est un moyen de faire renaître l'intérêt des consommateurs. Un effet secondaire négatif de cette tendance consiste à faire croire au consommateur que des aliments sains comme les pommes,

l'avoine et les épinards sont censés être moins bons sur le plan nutritionnel. D'un autre côté, le terme a fait des miracles et a réintroduit des aliments nutritifs moins connus, comme des céréales anciennes.

Superfoods et beauty foods vont souvent de pair. Le concept d'alimentation beauté se réfère pour l'essentiel à des aliments riches en nutriments et anti-inflammatoires qui gardent notre corps sain de l'intérieur – la beauté, c'est bien connu, émane de l'intérieur. Cela n'a rien à voir avec la vanité, mais tient tout simplement au

fait qu'un corps sain se voit à l'extérieur. L'idée que la nourriture doive aussi être photogénique nous vient surtout des blogueurs culinaires branchés.

Bref, il n'y a rien de mal à être fan des super-aliments en vogue, tant que l'on n'oublie pas que les aliments traditionnels sains sont aussi bons et ont leur place dans une alimentation équilibrée.



Myrtilles

Grâce à leurs nombreux principes antioxydants, il a été démontré que les myrtilles soutiennent le système cardiovasculaire, ont des propriétés anti-vieillessement actives et qu'elles seraient, en outre, potentiellement bénéfiques pour le système nerveux et le cerveau.



Choux de Bruxelles

Les choux de Bruxelles ont connu une renaissance ces dernières années et sont l'un des légumes les plus sains. Chaque portion contient plus de 100% de l'apport quotidien recommandé en vitamine C, 3 grammes de fibres et seulement 38 calories.



Viande de bœuf

Eh oui, on peut aussi qualifier le bœuf de superfood. Il y a des morceaux très maigres qui ne contiennent que 5 grammes de graisse et 2 grammes d'acides gras saturés par portion. Le bœuf maigre est l'une des meilleures sources de zinc, de vitamine B et de fer. En comparaison, il faudrait manger plus d'un kilo de saumon pour obtenir la même quantité de ces nutriments.

cuisinier espagnol catalan (Ferran)	sans détour	▼	▼	pénible	▼	terrain en pente	▼	sécrétée par le foie	▼	opposé au zénith	▼	absence totale	▼	mets à base d'ingrédients fouettés	▼	Observatoire Régional de la Santé (abrév.)	▼	utilisateur
▶	▶	▶	▶	▶	▶	petit golfe	▶	▶	▶	▶	▶	tendre, souple	▶	10	▶	▶	▶	
idem (abrév.)	▶	▶	▶	moche	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	
▶	▶	▶	▶	extrémité	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	
▶	▶	▶	▶	▶	▶	mammifère carnivore	▶	8	▶	▶	▶	▶	▶	▶	pays d'Amérique (abrév. angl.)	▶	▶	
espèce de vautour	▶	▶	▶	verge de saule	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	détruire	
▶	▶	▶	▶	mouillage	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	
vignoble	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	
▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	
pays, nation	habitation d'un esquimau	▶	▶	unité de mesure	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	
▶	▶	▶	▶	2	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	
espace infini	▶	▶	▶	instrument	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	
▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	
partie d'un tout	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	
▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	
ville de Chaldée	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	
▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	
signe musical	représentation	▶	▶	arôme	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	
▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	
préfixe égal à mille	▶	▶	▶	7	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	
▶	▶	▶	▶	suite rythmée	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	
locution latine : ... jacta est	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	
▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	
personne qui apprécie les bons mets	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	
▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	
Irlande	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	
▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	
▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	
▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	
▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	
▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	
▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	
▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	

Nous tirons au sort des prix de la Guilde d'une valeur totale de CHF 325.-

1^{er} PRIX
1 menu végétarien de 3 plats pour 2 personnes au Gasthof Rössli à Adligenswil, avec vin végétarien, d'une valeur de CHF 150.-

2^e PRIX
1 bon d'une valeur de CHF 100.- pour le restaurant Eintracht à Kestenholz.

3^e PRIX
1 bon d'une valeur de CHF 75.- pour le restaurant Mühle à Oberschan.

Toutes nos félicitations aux gagnants des derniers mots croisés (mot à trouver: PALETTE):

1^{er} prix: Forestier Corinne, Pierre à Fleur 3, 1802 Corseaux
2^e prix: Eckert Heidi, Haldenstein 6, 5316 Felsenau
3^e prix: Gyr René, Bodnacherring 1, 8303 Bassersdorf



1^{er} PRIX



Gasthof Rössli à Adligenswil LU

L'auberge Rössli est située au cœur d'Adligenswil, à seulement quelques minutes de la jolie ville de Lucerne. Dans notre établissement familial, vous trouverez le cadre idéal pour un déjeuner, un repas d'affaires ou un excellent dîner – atmosphère agréable garantie dans toutes les salles.

L'auberge Rössli d'Adligenswil est également la meilleure adresse dans la région de Lucerne pour les séminaires et les festivités. Un menu végétarien avec une bouteille de vin végétarien attend l'heureux gagnant du concours de mots croisés.

Gasthof Rössli
6043 Adligenswil • Tél. +41 41 370 10 30 • www.roessli-adligenswil.ch



2^e PRIX

Restaurant Eintracht à Kestenholz SO

Pénétrez dans une atmosphère exceptionnelle et venez profiter d'un moment privilégié.

Notre cuisine propose des plats saisonniers, aux saveurs exquises ainsi que d'alléchants desserts. Hanna et Marco Meier se réjouissent d'ores et déjà de vous accueillir et sauront vous ravir avec leur cuisine.

Eintracht Restaurant + Catering
4703 Kestenholz
Tél. +41 62 393 24 63 • www.eintrachtkestenholz.ch



3^e PRIX

Restaurant Mühle à Oberschan SG

Le jardin d'hiver inséré dans l'imposant «moulin» de 500 ans fait le pont entre tradition et modernité. La cuisine de Christian Birchmeier continue de réconcilier ces deux pôles pour permettre à chaque client d'y trouver son plaisir. Le restaurant Mühle privilégie une cuisine de saison. Tout est fait à partir de produits frais, du pain au dessert.

Restaurant Mühle
9479 Oberschan
Tél. +41 81 783 19 04 • www.restaurantmuehle.ch

Solution:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----

Nom / Prénom _____

Adresse _____ CP / Lieu _____

Envoyer le talon avec la réponse au Secrétariat de la Guilde, Blumenfeldstrasse 20, 8046 Zurich ou par e-mail à gilde@gastrosuisse.ch. Délai de participation : 31 août 2018. Les prix de la Guilde ne sont pas convertibles en espèces. Les gagnants seront informés par écrit. Le recours à la voie juridique est exclu. Il ne sera pas échangé de correspondance au sujet du concours. Vous trouverez la solution dans le prochain numéro.

Les trois prix sont offerts par les membres du comité de la Guilde.



Landgasthof Löwen
8583 Sulgen
Tél. +41 71 644 80 40
www.loewen-sulgen.ch

Risotto à la tomate et aux légumes méditerranéens

Filet mignon d'agneau

640 g de filet mignon d'agneau • 30 g d'huile d'olive • 1 brin de romarin

Panure aux herbes

1,6 dl de graisse • 125 g de chapelure • 20 g d'herbes de Provence dans l'huile • 20 g d'ail dans l'huile • 20 g d'herbes italiennes dans l'huile • sel, poivre

Risotto à la tomate

10 g d'huile d'olive • 40 g d'oignons hachés • 40 g de purée de tomates • 240 g de riz pour risotto • 1 dl de vin blanc • 1 feuille de laurier • 1 clou de girofle • env. 7 dl de bouillon de volaille selon le risotto • 50 g de beurre • 50 g de parmesan râpé

Légumes méditerranéens

20 g d'huile d'olive • 200 g de poivrons de différentes couleurs • 120 g d'aubergines • 160 g de courgettes



Panure aux herbes

Faire chauffer la graisse, ajouter tous les ingrédients, bien mélanger et assaisonner, réserver.

Légumes méditerranéens

Couper les légumes en losanges, éplucher les poivrons, puis faire dorer dans l'huile d'olive jusqu'à ce que les légumes soient bien croquants, saler, poivrer et ajouter des herbes fraîches.

Risotto à la tomate

Faire revenir les oignons, ajouter la purée de tomates, le riz pour risotto, glacer, puis déglacer au vin blanc, ajouter progressivement le bouillon de volaille, ne pas oublier le clou de girofle et le laurier, rectifier l'assaisonnement. Avant de servir, incorporer le beurre et le fromage râpé au risotto.

Filet mignon d'agneau

Assaisonner et faire dorer dans l'huile d'olive, ajouter le romarin, puis mettre au four à 140 °C jusqu'à obtenir une température à cœur de 51 °C. Mettre le four sur chaleur de voûte, ajouter la panure aux herbes sur le filet mignon d'agneau et faire bien glacer, puis servir.

Conseil

Un jus de romarin est idéal pour accompagner ce plat.

Événements culinaires et spectacles

En dehors des événements culinaires dont vous régalez les chefs de la **Guilde**, divers établissements de la **Guilde** proposent des offres spéciales et des divertissements originaux qui ne manqueront pas de vous surprendre. **Stubete**, **Smoker Night** et **Metzgete**, il y en a pour tous les goûts.



Live & Pasta avec Crazy Comets

1^{er} juin 2018, à partir de 20 h
Wasserschloss Hagenwil,
Hagenwil bei Amriswil

Un must pour tous les amateurs de musique et de pâtes: musique live avec pâtes à discrétion pour seulement CHF 25.- (hors boissons). Le groupe de rock Crazy Comets mettra une super ambiance dans le Wasserschloss.



Hack'n'Roll avec Nicolas Senn au hackbrett

11 août 2018, à partir de 20 h 30
Restaurant & Lounge Sonne,
Leuggern

Ouverts à la créativité, les deux musiciens s'aventurent de la valse traditionnelle appenzelloise au fascinant «Hack'n'Roll» et fusionnent volontiers les styles. Nous vous proposons avant le concert un léger repas estival à la carte. Le concert de Nicolas Senn débutera à 20 h 30. Le prix d'entrée est de CHF 55.- par personne.



Herbstdank

23 septembre 2018, à partir de 13 h 30
Stump's Alpenrose, Wildhaus

Les champs et les alpages sont vides, les celliers remplis. Satisfaction et gratitude, célébrées en musique et en chansons avec le Jodelclub «Säntisgruess». Existe-t-il un plus beau décor pour ce concert de fête des récoltes en automne que le lac de Schwendi? Ici, nous sentons vivre les coutumes dans leur plus pure authenticité dans l'un des plus beaux endroits de l'Obertoggenburg. Concert avec goûter montagnard pour seulement CHF 59.-.

Plus d'informations sur les événements sur notre site :
www.gilde.ch/fr/actualites/evenements

Une sélection d'événements à venir des établissements de la **Guilde**:

Tous les premiers mercredis du mois:

Soirée musicale au Stadtrain
Restaurant Stadtrain, Winterthur

5 mai 2018, à partir de 18 h
Candle Light Dinner
Berggasthaus Niederbauen, Emmetten

13 mai 2018
Repas Fête des mères
Restaurant & Lounge Sonne, Leuggern

26 mai 2018
Cuisine tessinoise
Restaurant & Lounge Sonne, Leuggern

1^{er} juillet 2018
Brunch d'été avec les Alder-Buebe
Stump's Alpenrose, Wildhaus

1^{er} juillet 2018
Grand buffet estival de poisson
Fischbeiz Alte Post, Kaiserstuhl

6 juillet 2018
Live & Pasta avec génération-g
Wasserschloss Hagenwil, Hagenwil bei Amriswil

1^{er} août 2018
Brunch du 1^{er} août
Restaurant Stadtrain, Winterthur

23 août 2018
Smoker Night avec dégustation de rhum
Restaurant & Lounge Sonne, Leuggern

3 septembre 2018
Temps des chanterelles
Restaurant Stadtrain, Winterthur

1^{er} octobre 2018
Marées sauvages
Restaurant Stadtrain, Winterthur

19 octobre 2018
99^e-Metzgete
Restaurant Stadtrain, Winterthur

Crème brûlée à la lavande, au safran et au miel



260 ml de crème • 180 ml de lait •
1/2 gousse de vanille • 1/2 pointe de coute-
au de safran moulu • 40 g de sucre •
2 fleurs de lavande (fraîches ou séchées) •
4 jaunes d'œuf • 50 g de miel • un peu de
sucre de canne à brûler

Porter à ébullition la crème, le lait, la vanille, le safran, le sucre avec les fleurs de lavande. Ajouter les jaunes d'œuf et le miel en remuant énergiquement, puis passer au tamis et verser dans les moules. Cuire au four dans un bain-marie à 100 °C pendant environ 60 minutes, selon la taille du moule. Laisser refroidir, saupoudrer de sucre et brûler au chalumeau. Avant de servir, décorer de fruits frais à votre goût.



Gratin de myrtilles avec glace à la menthe crépue et bonbon en pain aux poires

Gratin de myrtilles

300 g de myrtilles • 50 g de sucre •
50 g de jaune d'œuf • 1 dl de crème à fouetter

Glace à la menthe crépue (1 bol Pacojet)

3 c. à s. de menthe crépue • 450 g de demi-crème aigre • 150 g de sucre •
1/2 dl de crème entière • 1 1/2 citron

Gratin de myrtilles

Battre le sucre et le jaune d'œuf en mousse et y ajouter la crème à fouetter. Mettre les myrtilles dans un bol, napper avec la mousse et faire gratiner.

Garniture: former un bonbon avec la pâte à strudel fourré à la garniture pâtissière aux poires et faire frire.

Glace à la menthe crépue (1 bol Pacojet)

Presser le citron et demi, mélanger tous les ingrédients et porter à ébullition (passer, si nécessaire). Remplir le bol Pacojet, congeler.

Rendez visite à nos nouveaux membres



Annegreth's Schützenstube
Annegreth Eggenberg
8200 Schaffhausen SH
Tél. +41 52 625 42 49
info@schuetzenstube.ch
www.schuetzenstube.ch



Bergrestaurant Moosalp
Amadé Kalbermatten
3929 Törbel VS
Tél. +41 27 952 14 95
info@moosalp.ch
www.moosalp.ch



Restaurant zum Löwen Messen
Sebastian Graber
3254 Messen SO
Tél. +41 31 765 50 25
info@loewen-messen.ch
www.loewen-messen.ch



Rêves Gourmands
Bob Jacq
1904 Vernayaz VS
Tél. +41 27 764 30 30
info@revesgourmands.ch
www.revesgourmands.ch



Restaurant Burg Hohenklingen
Roman Bach-Rasmussen
8260 Stein am Rhein SH
Tél. +41 52 741 21 37
info@burghohenklingen.com
www.burghohenklingen.com



Crotto dei Tigli
Claudio Panzeri
6828 Balerna TI
Tél. +41 91 683 30 81
crottodeitigli@bluewin.ch
www.crottodeitigli.ch



Ristorante Costa Azzurra
Stefan Burkhalter
6600 Locarno-Solduno TI
Tél. +41 91 751 38 02
info@costa-azzurra.ch
www.costa-azzurra.ch



Speisenrestaurant Maienhalde
Kurt Indermaur
9442 Berneck SG
Tél. +41 71 744 13 62
restaurant@maienhalde.ch
www.maienhalde.ch



Gasthaus Degen
Emil Girstmair
6331 Hünenberg ZG
Tél. +41 41 780 12 54
info@gasthausdegen.ch
www.gasthausdegen.ch



Gasthaus Islen
Roger Lüthi
7270 Davos GR
Tél. +41 81 413 13 10
info@rogerluethi.ch
www.islen.ch



Gasthof Traube
Remo Büchler
8421 Dättikon ZH
Tél. +41 52 315 65 05
info@gasthoftraube.ch
www.gasthoftraube.ch



Hotel Nidwaldnerhof
Rolf Stucki
6375 Beckenried NW
Tél. +41 41 620 52 52
hotel@nidwaldnerhof.ch
www.nidwaldnerhof.ch



Casa Casutt
Linus Arpagaus
7130 Ilanz GR
Tél. +41 81 925 11 31
info@casacasutt.ch
www.casacasutt.ch

Auparavant: Casa Fausta Capaul



Restaurant Rigiblick & Zunfthaus Kreuz
Cristian Hollatz
6317 Oberwil b. Zug ZG
www.rigiblick.ch
www.zunfthauskrenz.ch

Auparavant: Albula Restaurant Pizzeria et Steakhouse + Pizzeria Sportpavillon



Hotel Steinbock
Marionna Casutt
7132 Vals GR
Tél. +41 81 935 13 13
info@hotel-steinbock.ch
www.hotel-steinbock.ch



Restaurant de la Breguettaz
Josiane Corset
1325 Vaulion VD
Tél. +41 21 843 29 60
labreguettaz@bluewin.ch
www.labreguettaz.ch



Restaurant Schloss Seeburg
Matias Bolliger
8280 Kreuzlingen TG
Tél. +41 71 688 40 40
kontakt@schloss-seeburg.ch
www.schloss-seeburg.ch



Restaurant Stadtrain
Pascal Werner
8404 Winterthur ZH
Tél. +41 52 246 01 67
pascal.a.werner@gmail.com
www.stadtrain-winterthur.ch



Hotel-Restaurant Rheingerbe
Christoph Meier
8260 Stein am Rhein SH
Tél. +41 52 741 29 91
restaurant.rheingerbe@bluewin.ch
www.rheingerbe.ch

Changement d'établissement

Membre passif désormais actif



Changement de génération



Gasthof Bad Schwarzenberg
Fabienne Böll-Roth
5728 Gontenschwil AG
Tél. +41 62 773 18 18
info@bad-schwarzenberg.ch
www.bad-schwarzenberg.ch



Hotel Alpbach
Remo Neeser
3860 Meiringen BE
Tél. +41 33 971 18 31
info@alpbach.ch
www.alpbach.ch



Hotel Landgasthof Eischen
Daniel Inauen
9050 Appenzell AI
Tél. +41 71 787 50 30
info@eischen.ch
www.eischen.ch



Landhotel Hirschen
Thomas Zwicky
8466 Trüllikon ZH
Tél. +41 52 319 13 17
info@hirschen-truellikon.ch
www.hirschen-truellikon.ch



Speiserestaurant Bahnhofli
Willi Felder
6162 Entlebuch LU
Tél. +41 41 480 13 25
info@bahnhoefli-entlebuch.ch
www.bahnhoefli-entlebuch.ch

Nous accueillons nos nouveaux partenaires



Swisscom Directories AG
8021 Zürich ZH
Tél. +41 44 500 10 12
localina@localsearch.ch
www.localsearch.ch



Oswald Cateringtechnik AG
3531 Oberthal LU
Tél. +41 31 711 43 60
info@oswald-cateringtechnik.ch
www.oswald-cateringtechnik.ch



Aligro
1022 Chavannes-près-Renens VD
Tél. +41 21 633 36 00
info@aligro.ch
www.aligro.ch



Champagne Nicolas Feuillatte
8105 Regensdorf ZH
Tél. +41 44 777 05 05
information@balv.ch
www.bauraulacvins.ch

Journée réussie des Cuisiniers de la Gilde

Grâce à l'énorme engagement des chefs de la Gilde et de ses partenaires – présents sur près de 35 stands dans toute la Suisse – un peu moins de CHF 98 000 ont été collectés pour la Société suisse de la sclérose en plaques ainsi que pour des institutions caritatives régionales.

La délicieuse odeur de risotto s'est répandue sur une trentaine de places de village dans toute la Suisse, le 2 septembre 2017 (et dans certains endroits à d'autres dates).

Un grand merci aux passants, aux généreux sponsors, aux chefs de la Gilde et à tous ceux qui ont contribué à la réussite de cet événement.



PROCHAINE
JOURNÉE DES
CUISINIERS DE
LA GILDE:
SA.
1^{ER} SEPT. 2018



IMPRESSUM

© Copyright by Gilde
Blumenfeldstrasse 20
CH-8046 Zürich
Tél. +41 44 377 52 90
Fax +41 44 377 55 14
www.gilde.ch
gilde@gastrosuisse.ch

Concept & réalisation
Werd & Weber Verlag AG
Gwattstrasse 144
CH-3645 Thun / Gwatt
Tél. +41 33 336 55 55
Fax +41 33 336 55 56
www.weberverlag.ch
mail@weberag.ch

Rédaction
René-François Maeder
Luzia Schlegel
Annette Weber
Marc Schneider
Renate Hodel
Iris Lengyel

Parution
2 fois par année printemps /
été et automne / hiver

Tirage
35 000 exemplaires
Editions en
allemand / français
ISSN 1664-3801

Photos des recettes
Marcus Gyger, Winterthur / Wohlen BE
www.marcusgyger.ch
Karl-Heinz Hug, Ueberstorf FR
www.hugphotos.ch

imprimé en
suisse

JOURNÉE DES CUISINIERS DE LA GUILDE

1. 9. 2018

La Gilde cuisine pour les personnes atteintes de sclérose en plaques et des institutions de bienfaisance.

Aidez-la avec plaisir !

Le samedi 1 septembre 2018 à partir de 10h30 est la journée des cuisiniers. Avec chaque portion de risotto de la Gilde, vous soutenez les personnes atteintes de sclérose en plaques et des institutions de bienfaisance régionales.

Vous trouverez des informations sur les stands et les établissements participants sur notre site Web www.gilde.ch

