



TRADITION & TERROIR

UN MONDE DE SAVEURS D'ORIGINE

Cardon épineux genevois AOP

Reportage

Marcel Hug

Interview

Deux spécialités genevoises

Recette

Impressum

Publication	N° 8 / avril 2012
Tirage	26'000 exemplaires ; 14'000 all., 12'000 fr.
Editeur	Association Suisse des AOP-IGP
Rédaction	Ramona Cattaneo
Graphisme	Ast & Fischer AG, Wabern
Impression	Ast & Fischer AG, Wabern / Länggass Druck AG, Bern
Parution	1–2 x par année
Adresse	Association suisse des AOP-IGP, Tradition@Terroir, Belpstrasse 26, 3007 Berne, info@aop-igp.ch , www.aop-igp.ch , www.facebook.com/aopigp
Abonnement gratuit	Tél. 031 381 49 53, fax 031 381 49 54 ou info@aop-igp.ch

Légendes photos

Couverture recto	Champ de Cardon épineux genevois AOP
Page 2	Paysage fribourgeois
Page 4	Champ de seigle valaisan
Page 6	Veaux dans le canton de Saint-Gall
Page 8	Récolte de Cardons épineux genevois AOP
Page 10	Marcel Hug, sportif suisse handicapé de l'année 2011
Page 12	Cochon à l'air libre
Page 14	Gratin de Cardon épineux genevois AOP et Longeole IGP
Photos	Couverture, page 4 : Maurice Schobinger, page 2, 6, 8 : Charlotte Walker, Wapico, page 12 : Keystone, page 14 : Fabienne Vidonne, Créactive Pub

Editorial	5
<hr/>	
Portrait	
<i>Les AOP et IGP en Suisse</i>	7
<hr/>	
Reportage	
<i>Le Cardon épineux genevois AOP, légume star des Genevois</i>	9
<hr/>	
Interview	
<i>Marcel Hug: un sportif professionnel, grand amateur de saucisses</i>	11
<hr/>	
Brèves	13
<hr/>	
Recette	
<i>Deux spécialités genevoises</i>	15
<hr/>	





AOP et IGP en Valais, moteurs de développement durable

Le Valais compte six produits enregistrés sur les 28 en Suisse : l'Abricotine AOP, l'Eau-de-vie de poire du Valais AOP, le Pain de seigle valaisan AOP, la Viande séchée du Valais IGP, le Raclette du Valais AOP et le Safran de Mund AOP. Produits emblématiques du canton, ils en illustrent la richesse et la diversité, de la plaine à la montagne, des arbres fruitiers au bétail.

Ce canton qui vivait autrefois en autarcie, a obligé les habitants à être inventifs pour conserver les aliments : en sont nés un pain à longue conservation, une viande séchée par l'air des montagnes, un fromage fondu devant le feu ... Avec l'arrivée de la modernité, ces produits ont perdu en intérêt et leur production a diminué. Le pain de seigle est ainsi devenu le « pain noir », le « pain du pauvre », et la production de seigle a chuté de façon vertigineuse.

L'AOP (Appellation d'Origine Protégée) a permis de redynamiser cette filière : à ce jour, une centaine d'hectares de seigle sont valorisés dans la filière Pain de seigle valaisan AOP, les producteurs sont correctement rétribués, les meuniers et les boulangers jouent le jeu pour offrir aux consommateurs un pain traditionnel de qualité, sain et savoureux.

Les AOP et IGP sont des produits aujourd'hui reconnus et protégés dans toute l'Europe, connus et appréciés dans toute la Suisse. L'appartenance à l'Association suisse des AOP-IGP permet une promotion et une visibilité nationales grâce à des moyens mis en commun et aux synergies engendrées.

Continuons dans cette voie qui permet de valoriser produits, producteurs et territoires.

Nelly Claezman

Grante de l'association Pain de seigle valaisan AOP et de l'interprofession des eaux-de-vie AOP du Valais

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Nelly Claezman'.



Les AOP et IGP en Suisse

AOP, des spécialités garanties d'origine

Aujourd'hui, 19 produits sont enregistrés comme AOP (Appellation d'Origine Protégée). Ils bénéficient à ce titre d'une protection étatique et garantissent qu'ils sont entièrement élaborés dans leur région d'origine, de la matière première à la réalisation finale.

IGP, des spécialités de tradition

Le signe IGP (Indication Géographique Protégée) offre également une garantie d'origine. Pour les neuf IGP figurant à ce jour dans le registre fédéral des AOP-IGP, au moins une étape de la production se déroule dans la région d'origine, que ce soit la fabrication, l'élaboration ou l'affinage.

Produits AOP

1. L'Etivaz AOP
2. Rheintaler Ribel AOP
3. Tête de Moine AOP
4. Gruyère AOP
5. Eau-de-vie de poire AOP
6. Sbrinz AOP
7. Formaggio d'Alpe Ticinese AOP

8. Abricotine AOP
9. Vacherin Mont-d'Or AOP
10. Cardon épineux genevois AOP
11. Pain de seigle valaisan AOP / Walliser Roggenbrot AOP
12. Berner Alpkäse AOP et Berner Hobelkäse AOP
13. Munder Safran AOP

14. Vacherin Fribourgeois AOP
15. Emmentaler AOP
16. Poire à Botzi AOP
17. Raclette du Valais AOP / Walliser Raclette AOP
18. Werdenberger Sauerkäse AOP, Liechtensteiner Sauerkäse AOP et Bloderkäse AOP
19. Damassine AOP

Produits IGP

20. Viande des Grisons IGP* / Bündnerfleisch IGP*
21. Saucisse d'Ajoie IGP
22. Viande séchée du Valais IGP / Walliser Trockenfleisch IGP
23. Saucisson neuchâtelois IGP et Saucisse neuchâteloise IGP
24. Saucisson vaudois IGP
25. Saucisse aux choux vaudoise IGP
26. St. Galler Bratwurst IGP, St. Galler Kalbsbratwurst IGP et St. Galler OLMA-Bratwurst IGP
27. Longeole IGP
28. Glarner Kalberwurst IGP

* N'est pas produite obligatoirement avec de la viande suisse.





Le Cardon épineux genevois AOP, légume star des Genevois

Le Cardon épineux genevois AOP est un légume peu connu en dehors du canton de Genève. Son volume de production annuel se monte à environ 80 t, consommées presque exclusivement par les Genevois eux-mêmes, de préférence pendant les fêtes de fin d'année.

Le cardon épineux est une plante qui était déjà appréciée du temps des Romains et des Grecs. C'est au cours du 16^e siècle qu'il fut introduit à Genève par des huguenots du Sud de la France. Il fut d'abord cultivé dans la région de Plainpalais. A la révocation de l'édit de Nantes en 1685, les huguenots protestants durent à nouveau fuir devant les catholiques, ce qui induit une importante vague de migration sur Genève. Là, ils y firent progresser la culture du cardon épineux, ainsi que de nouveaux légumes ou variétés. Le cardon est devenu le favori des Genevois, si bien que « de par sa longue tradition, le Cardon épineux genevois AOP est aujourd'hui fermement implanté dans la culture genevoise et est apprécié de tous », relève Aurélien Piccaud, secrétaire de l'interprofession gérant cette spécialité.

Une plante particulière

Le Cardon épineux genevois AOP est unique en son genre pour plusieurs raisons. Il s'agit d'une part de la seule variété de cardon qui présente des épines, d'autre part c'est l'unique légume suisse qui est aujourd'hui protégé en tant qu'AOP et qui ne peut être cultivé que dans le canton de Genève. « L'AOP représente pour nous une reconnaissance officielle et une valorisation du cardon », précise Aurélien Piccaud. « Grâce à l'insertion de cette spécialité genevoise dans le registre des AOP-IGP, la communication a pu être améliorée et sa notoriété augmentée. »

Le Cardon épineux genevois AOP est semé en mai. A partir du mois d'août, la plante se développe rapidement. Etant donné que seule la tige est destinée à être consommée, environ 2 à 3 kg sont utilisés sur les 15 que peut peser la plante entière. En plus des épines sur les côtes, les feuilles très charnues sont une autre caractéristique du Cardon épineux genevois AOP. Ces dernières présentent une face supérieure vert brillant, alors que la

face inférieure est blanc mat avec des reflets argentés. En été, le cardon a besoin de suffisamment d'eau ; il est par contre très résistant aux maladies et insectes. Il arrive au bout de sa croissance en octobre et doit dès lors être blanchi. Cela signifie qu'il faut le protéger de la lumière pour empêcher la photosynthèse. A cet effet, deux méthodes sont appliquées : l'une consiste à recouvrir la plante d'un sac sombre sur le champ, l'autre implique de déraciner la plante avec sa motte pour les placer dans une pièce obscurcie. Dans ce cas, il faut veiller à arroser régulièrement le pied de la plante, maintenir une température entre 10° et 12° C et bien ventiler le local. La plante continue à pousser pendant la période de blanchiment. Elle demande beaucoup de travail manuel, et il faut compter environ 9000 plantes par ha. Grâce au blanchiment, le cardon devient plus tendre, tout en restant croquant. Il perd son amertume et sa fibrosité. « On trouve cette plante également dans les pays arabes, mais là-bas, elle n'est pas blanchie », explique Aurélien Piccaud. Aujourd'hui, le Cardon épineux genevois AOP est cultivé par sept maraîchers sur une surface de sept ha. Le maraîcher Pierre Bohem à Confignon remplit chaque année quelque 70 000 bocaux de Cardon épineux genevois AOP. Ce dernier peut toutefois aussi être disponible frais, emballé sous vide d'air ou prêt à être consommé.

Recommandé aux diabétiques

Contrairement aux pommes de terre ou au maïs par ex., le cardon produit ses réserves de sucre non pas sous la forme d'amidon, mais comme inuline, tolérée par les diabétiques. La substance amère qu'il contient favorise en outre la digestion. Si le cardon contient peu de vitamines, il est par contre riche en potassium, magnésium et calcium. En raison de son important taux en eau et en fibres, ce légume est très rassasiant, tout en ne dépassant pas les 20 calories par 100 g. Grâce à une promotion accrue et un réseau de distribution plus étoffé, le Cardon épineux genevois AOP devrait devenir plus facilement disponible en dehors du canton de Genève et aussi mieux connu. Indépendamment de ces efforts, il vaut en tous les cas la peine de faire une excursion en terres genevoises pour y déguster la star des légumes genevois.



Marcel Hug: un sportif professionnel, grand amateur de saucisses

Marcel Hug, sportif suisse handicapé de l'année 2011, fait partie des favoris aux Jeux paralympiques de Londres. Le sympathique Thurgovien nous dévoile ci-dessous les clés de son alimentation et quel est son lien avec l'agriculture.

Cette année représente une année particulière pour les sportifs avec les Paralympiques à Londres. Ressentez-vous une certaine nervosité?

Pas encore, mais l'évènement est bien présent, puisque je m'y prépare au quotidien. Tant l'entraînement physique que les aspects mental et matériel sont totalement orientés vers les Jeux de cet été.

Quels sont vos objectifs?

Sans ambiguïté, je veux obtenir des médailles.

Quel rôle joue la nourriture dans le sport en fauteuil roulant, en particulier dans l'optique d'une telle compétition?

La nourriture est assurément un facteur très important, c'est pourquoi je fais toujours attention à me nourrir sainement et de manière équilibrée. Je ne mesure par contre pas chaque gramme ni chaque calorie et me contente de manger «correctement», à savoir beaucoup de fruits et légumes. Dans le sport en général, il n'est évidemment pas avantageux de porter trop de kilos sous forme de graisse. Je suis toutefois dans la situation avantageuse où je peux me permettre de temps à autre de manger du chocolat, que j'apprécie particulièrement.

Est-ce que la charcuterie et le fromage font partie des «péchés» à éviter pour vous ou en consommez-vous sans arrière-pensée?

Je mange très volontiers une saucisse, mais sans abuser, car tout est question de mesure. Je consomme également régulièrement du fromage. En général, les produits laitiers sont très importants pour moi. En fait, je mange souvent du fromage et de la charcuterie, mais de manière mesurée.

En tant que fils d'agriculteur, faites-vous également attention à la provenance des denrées alimentaires que vous consommez? Quels sont vos critères dans votre choix de nourriture?

La provenance des denrées alimentaires est très importante pour moi. Par exemple pour le lait, mais pas seulement, je veille à ce qu'ils proviennent de la région, si possible de mon village. Pour ces produits-là, je paye également volontiers plus. Si deux produits équivalents sont offerts, alors je choisirai toujours celui provenant de Suisse. Je fais en outre attention à la saisonnalité des fruits et légumes.

Comment avez-vous vécu votre enfance à la ferme et quel est votre lien à l'agriculture?

L'agriculture m'a fortement marqué et il me reste de très beaux souvenirs de mon enfance passée à la ferme. J'y ai apprécié le lien à la nature et aux animaux. J'ai aussi participé à certains travaux, comme par ex. la récolte des pommes de terre. Aujourd'hui, je n'ai plus qu'une relation indirecte avec l'agriculture. Je passe toujours très volontiers à la ferme de mes parents et reste par ce biais au courant de l'actualité agricole.

En ce qui concerne les produits traditionnels, lesquels sont vos préférés parmi l'ensemble des AOP et IGP protégées en Suisse?

Je connais bien la Saucisse à rôtir de St-Gall IGP, le Sbrinz AOP et le Gruyère AOP, les autres un peu moins. J'apprécie en particulier la Saucisse à rôtir de St-Gall que je mange régulièrement.

Est-ce qu'on trouve dans le canton de Thurgovie ou dans votre «patrie d'adoption», le canton Lucerne, un produit typique qui mériterait selon vous d'être protégé comme AOP ou IGP?

En Thurgovie, les pommes sont assurément très présentes et typiques. Dans le canton de Lucerne, le fromage crémeux lucernois ou «Luzerner Rahmkäse» me vient à l'esprit, mais je ne sais pas s'il est «protégeable» dans le sens où vous l'entendez.

Merci pour cette interview.





Saucisse de veau glaronnaise (officiellement « Glarner Kalberwurst IGP »)

C'est le 1^{er} décembre 2011 que la Saucisse de veau glaronnaise a été inscrite en tant qu'IGP dans le registre des AOP-IGP. Cette saucisse se caractérise par sa farce de viande de veau à laquelle est ajoutée de la mie de pain. Il s'agit d'une tradition connue dans le canton de Glaris depuis plus de 150 ans.



Reconnaissance mutuelle

C'est également le 1^{er} décembre 2011 qu'est entré en vigueur l'accord de reconnaissance mutuelle des AOP-IGP entre la Suisse et l'UE. Grâce à cet accord, les AOP et IGP suisses, à l'exception de l'Emmentaler AOP, jouissent du même niveau de protection juridique que les AOP et IGP européennes. Ces dernières, soit plus de 1000 spécialités, se voient désormais également protégées en Suisse.



Facebook

Les AOP et IGP suisses sont aussi présentes sur le fameux réseau Facebook. Vous y trouverez des recettes alléchantes, des infos sur l'actualité liée à ces produits traditionnels, ainsi que des concours. Les prix à gagner peuvent être des billets d'entrée à des foires ou autres manifestations publiques ou des spécialités à déguster. Devenez vous aussi ami des AOP-IGP sur www.facebook.com/aopigp.



Spécialités et vins de Suisse romande

Dans le livre « Accords gourmands de Suisse romande », le journaliste Alexandre Truffer présente une sélection attractive de domaines viticoles romands. Pour accompagner les vins mis en lumière, il propose des mets traditionnels et modernes avec des spécialités des régions concernées. Les AOP et IGP y figurent bien entendu en bonne place !



Plaisirs du goût

La manifestation alémanique « Genuss'12 » aura lieu du 17.08 au 09.09. Cet évènement culinaire suprarégional organisé par la marque « Das Beste der Region » met en scène les produits régionaux. Vous pouvez en apprendre plus sur les innombrables manifestations organisées dans les cantons d'Argovie, Berne, Soleure, Zurich et la Suisse centrale sous www.regionalprodukte.ch. Les plaisirs du goût enchaînent avec la désormais renommée « Semaine du goût » qui se tiendra dans toute la Suisse du 13 au 23.09. Cette année, c'est Lausanne qui a été élue « Ville du Goût ». Plus d'infos sous www.gout.ch.



Foires et autres manifestations publiques

Comme chaque année, l'Association suisse des AOP-IGP participe à de nombreuses manifestations en lien avec le bien-manger: LUGA, Lucerne et BEA, Berne (toutes deux du 27.04 au 06.05), Foire aux Saveurs, Moutier (8 au 10.06), Mémoire and Friends, Zurich (27.08), Vinea, Sierre (31.08 au 01.09). N'hésitez pas à nous rendre visite sur le stand AOP-IGP et dégustez nos spécialités traditionnelles.





Deux spécialités genevoises

A côté du Cardon épineux genevois AOP, la Longeole IGP est la deuxième spécialité genevoise typique. Elle se compose de viande de porc, de lard de bajoue et/ou de nuque, de couenne crue ainsi que de graines de fenouil, qui lui donnent un goût si particulier.

Pour 4 personnes

2 Longeoles IGP

800 g de cardons en bocal

240 g de Gruyère AOP

30 g de beurre

30 g de farine

2 dl de lait

noix de muscade, sel, poivre

Plonger la Longeole IGP pendant 2h30 à 3h dans de l'eau frémissante pour que sa chair s'attendrisse et s'imprègne des sucs gélatineux de la couenne.

Egoutter les cardons et recueillir le liquide de cuisson. En mettre 2 dl de côté. Répartir les légumes dans un plat à gratin.

Faire fondre le beurre dans une casserole. Incorporer la farine. Y verser le lait et le jus de cuisson des cardons. Porter à ébullition en remuant, puis faire mijoter la sauce durant env. 10 min. Relever avec de la muscade, du sel et du poivre. En napper les cardons. Râper le fromage avec une râpe à rösti. Le répartir sur les légumes et faire gratiner env. 20 min dans le four préchauffé à 200° C.

Servir le gratin de Cardon épineux genevois AOP avec la Longeole IGP.



Des racines un savoir-faire du caractère

Choisir une spécialité AOP ou IGP, c'est surtout se faire plaisir. Mais c'est aussi valoriser un savoir-faire traditionnel et une agriculture durable. Les produits AOP et IGP suisses appartiennent à la richesse de notre patrimoine culinaire et culturel.

Suisse. Naturellement.



Appellation d'origine protégée / Indication géographique protégée

www.aop-igp.ch

Abonnement gratuit «Tradition & Terroir»

Découvrez les spécialités AOP et IGP, parcourez leur histoire et comprenez la façon dont elles sont fabriquées et affinées. Trouvez également de délicieuses recettes faciles à préparer pour apprécier encore mieux les produits suisses de tradition : abonnez-vous à «Tradition & Terroir», c'est GRATUIT!

Je souhaite m'abonner gratuitement à la revue AOP-IGP «Tradition & Terroir»

Nom : _____ Prénom : _____

Rue : _____

N° postal : _____ Lieu : _____

Découpez ce coupon et renvoyez-le rempli et signé à :
Association suisse des AOP-IGP, Tradition & Terroir, Belpstrasse 26, 3007 Berne
Vous pouvez également obtenir votre abonnement gratuit par e-mail, téléphone ou fax (voir page 2)