

CUISINE SUISSE MODERNE

TOP THÈMES

- + Menus du futur pour les cuisiniers d'aujourd'hui
- + Les asperges – le temps fort de la saison
- + Pas de Pâques sans œuf

Les légumes de printemps à l'honneur





CHÈRES CUISINIÈRES, CHERS CUISINIERS,

la cuisine suisse se distingue par une grande diversité de plats traditionnels, profondément ancrés dans le paysage alpin et les produits du terroir. Avec des ingrédients de qualité, saisonniers et locaux, nous ravissons nos hôtes au quotidien. Cependant, les attentes de nos convives, les méthodes culinaires et même la disponibilité des ingrédients sont en constante évolution. C'est pourquoi notre ambition est d'allier tradition et modernité pour créer une expérience culinaire complète.

Dans la nouvelle édition de « Cuisine Suisse Moderne », nous explorons de plus près les tendances du futur et vous offrons des perspectives captivantes, en harmonie avec la saison à venir. Nous mettons en valeur des ingrédients bien connus en Suisse et interprétons les dernières évolutions de la gastronomie mondiale. De plus, nous approfondissons certains sujets en matière de connaissance des produits et vous proposons des idées inspirantes pour votre propre établissement.

Il est temps d'embrasser de nouvelles possibilités dans la cuisine suisse – efficaces dans leur réalisation et irrésistibles dans leur saveur!

Andreas Williner
Chef de cuisine dipl. féd.,
Responsable des Conseillers Culinary

Sommaire



3

TENDANCE CULINAIRE: LES LÉGUMES DE PRINTEMPS À L'HONNEUR

Les nouveaux héros culinaires au cœur de l'assiette.



4

ASPERGES – BON À SAVOIR

D'où viennent-elles, quelles sont les différentes variétés et en quoi diffèrent-elles?



5

RECETTES RÉGIONALES À BASE D'ASPERGES SUISSES

De part et d'autre du Röstigraben et jusqu'au Tessin.



6

LA RÉCOLTE D'ASPERGES AU KÖHLIHOFF

Comment nos cultivateurs d'asperges garantissent la meilleure qualité.



8

TECHNIQUES DE PRÉPARATION

Classique? Certainement, mais l'asperge offre bien plus encore.



9

HOLLANDAISE & CIE

Nous montrons quelles sauces se marient bien.



11

PÂQUES SANS ŒUF?

Sans Aromat? Impensable!



15

LE RADIS, SUPERFOOD DU PRINTEMPS

Comment les crucifères subliment le printemps.

LES LÉGUMES DE PRINTEMPS

à l'honneur

L'ASPERGE, LÉGUME PRINTANIER PAR EXCELLENCE,
S'ÉRIGE EN POINTE DE LA SAISON GOURMANDE.

LES LÉGUMES, LA NOUVELLE STAR DE TOUTES LES ASSIETTES

Dans l'alimentation suisse moderne, les légumes ont pris une place de choix et ont depuis longtemps abandonné leur statut de simple accompagnement. Mais cela ne signifie pas que les légumes remplacent la totalité des autres aliments et que les plats doivent être exclusivement à base de plantes. La tendance de menu du futur « Légumes irrésistibles » est de concevoir des plats où les légumes tiennent le rôle principal, la viande, le poisson ou les autres accompagnements jouant un rôle secondaire. Asperges, radis et autres joyaux du potager sont désormais des vedettes de la cuisine, qui enchantent nos palais tout en contribuant à notre bien-être. En outre, grâce à leur large palette de saveurs et de textures, les légumes constituent une source d'inspiration quasi illimitée pour des plats tendance.

Ces dernières années, la demande en légumes a nettement augmenté en Suisse, une tendance confirmée par les chiffres de vente. Depuis 2018, on observe une hausse de près de 6% des volumes de vente, une croissance qui ne montre aucun signe de ralentissement. Parmi les légumes, l'asperge, malgré sa saisonnalité limitée, se positionne en tant que dixième légume le plus vendu en termes de chiffre d'affaires.

Nous sommes ravis de te présenter dans cette édition comment réinventer les légumes dans la cuisine suisse et d'explorer les multiples possibilités créatives offertes par diverses méthodes de préparation.

16^e siècle

L'histoire de la culture de l'asperge remonte au 16^e siècle, époque à laquelle elle était principalement cultivée dans les monastères et les jardins des familles nobles. À l'époque, seules les asperges vertes étaient connues, appréciées au printemps pour leur goût raffiné et leur texture particulière. Mais c'est aussi leur courte période de disponibilité - d'avril à juin - qui contribue à la popularité de ce légume. Voilà pourquoi l'asperge est encore considérée aujourd'hui comme un véritable délice et est aussi surnommée « la reine des légumes ».

19^e siècle

Initialement, seules les asperges vertes étaient connues, mais c'est au 19^e siècle que la culture commerciale de l'asperge a pris son essor en Suisse. On a alors découvert par hasard que les tiges, lorsqu'elles sont coupées sous terre, conservent leur couleur blanche naturelle et développent un arôme particulièrement délicat. Cette découverte a mené à l'introduction de la culture de l'asperge blanche en Suisse, aujourd'hui l'une des variétés les plus prisées.

BON À SAVOIR

OÙ POUSSENT NOS ASPERGES, QUELLES SONT LES DIFFÉRENTES VARIÉTÉS ET QUELLES SONT EXACTEMENT LES DIFFÉRENCES?

La culture de l'asperge en Suisse a connu un développement important ces dernières années, devenant une activité agricole majeure. Les principales régions de culture se situent dans les cantons **d'Argovie, de Thurgovie, de Zurich et de Genève**, où les conditions climatiques favorables et les sols fertiles créent un environnement idéal. Des quantités considérables d'asperges sont cultivées notamment dans **l'Oberland zurichois, le Weinland** (région du canton de Zurich et de Schaffhouse) et sur **le plateau argovien**.



Récolte d'asperges en Suisse:

- + Environ 180 cultivateurs d'asperges en Suisse
- + 810 tonnes récoltées au total
- + 506 tonnes d'asperges blanches
- + 304 tonnes d'asperges vertes

Source:
<https://www.schweizerbauer.ch> (état en mai 2023)

On recense environ 220 variétés d'asperges différentes dans le monde. Leur couleur peut varier en fonction de la culture et de la récolte. Tant que les turions d'asperges poussent sous terre, ils restent blancs. Exposés à la lumière du soleil, ils prennent d'abord une couleur violette, puis verte en émergeant complètement de la butte de terre. Il existe également des variétés spécialement cultivées offrant un large éventail de profils gustatifs et visuels.



SALICORNE / ASPERGE DE MER

L'asperge de mer, plante sauvage croquante et rafraîchissante, préfère les environnements proches de la mer. Botaniquement, elle n'est pas apparentée à l'asperge, bien que son nom vienne de sa ressemblance. Ce légume sauvage au goût légèrement poivré peut se consommer cru ou blanchi, par exemple en salade.



ASPERGE THAÏLANDAISE

Délicates au goût et aisées à préparer, les asperges thaïlandaises se sont depuis longtemps invitées de la cuisine asiatique à nos tables. Particulièrement jeunes, ces asperges sont fines et tendres, ne nécessitant pas d'épluchage et pouvant même être dégustées crues. Elles sont pratiques et prêtes à l'emploi pour une utilisation directe en cuisine.



ASPERGE SAUVAGE

« *Asparagus acutifolius* », connue sous le nom d'asperge sauvage, pousse à l'état naturel et n'est pas cultivée. Plus fine et épineuse que les variétés cultivées, on la trouve parfois en Suisse, notamment à la lisière des forêts.



ASPERGE VIOLETTE

La couleur particulière de l'asperge violette n'est pas seulement un plaisir pour les yeux; elle indique aussi un goût un peu plus intense, souvent décrit comme légèrement sucré et aux nuances de noix. En Suisse, elle provient principalement du Valais.

ASPERGE BLANCHE

« *Asparagus officinalis* », plus connue sous le nom d'asperge blanche, est cultivée en étant recouverte de terre pour la protéger de l'air et de la lumière. Les turions sont ainsi piqués sous terre, conservant leur couleur blanche caractéristique. Son goût est réputé pour sa douceur et sa délicatesse.



ASPERGE VERTE

« *Asparagus Gijnlim* », qui pousse à l'air libre, doit sa couleur verte à la photosynthèse. Uniformément verte, elle se distingue par son excellent goût et sa bonne adaptation aux conditions de culture en Suisse.



RECETTES RÉGIONALES

aux asperges suisses



Mousse de fromage frais aux asperges à l'huile à l'ail des ours

Mousse d'asperges:

- 300 g Asperges, vertes
- 50 g Oignons
- 50 g Beurre
- 5 dl **Knorr Professional Bouillon de Légumes Nature**
- 70 g **Knorr Professional Crème d'asperges au délicieux goût de beurre**
- 200 g Fromage frais Uranais
- 3 dl Crème entière



Crème d'asperges au vin blanc et bagels à l'ail des ours

Soupe:

- 80 g Oignons
- 70 g Poireau
- 300 g Asperges, blanches
- 50 g Beurre
- 5 dl Vin blanc - Féchy
- 2.5 l Fond d'Asperges
- 100 g **Knorr Professional Crème d'asperges au délicieux goût de beurre**
- 20 g **Knorr Professional Bouillon de Légumes Nature**
- 3 dl Crème entière



Orgeotto des Grisons aux asperges et jambon cru

Orgeotto:

- 3 cl **Oliogastro Crème à rôtir**
- 100 g Oignons
- 10 g **Knorr Professional Mise en place Ail**
- 400 g Orge perlé
- 4 dl Vin blanc
- 1.2 l **Knorr Professional Bouillon de Légumes Nature**
- 1 pc. Feuille de laurier
- 60 g Beurre
- 60 g Parmesan
- 2 g Poivre, noir
- Asperges:**
- 800 g Asperges, blanches
- 5 g Sel
- 10 g Sucre
- 30 g Beurre



Crevettes géantes sur salade d'asperges vertes, petits pois et édamame

Légumes printaniers:

- 200 g Asperges, vertes
- 200 g Petits pois
- 150 g Edamame
- 4 dl **Hellmann's Vinaigrette Citrus**
- 100 g Quinoa, blanc
- 30 g Cerfeuil
- 30 g Menthe poivrée
- 30 g Aneth



Focaccia de pommes de terre à la tessinoise avec asperges sauvages et burrata

Focaccia:

- 900 g Farine blanche
- 100 g **Knorr STOCKI purée de pommes de terre**
- 10 g Sel
- 8 g Sucre
- 40 g Levure
- 6.5 dl Eau
- 3 cl Huile de colza
- 100 g Oignons, rouges
- 2 pcs. Brin de romarin
- 3 cl Huile de colza
- 250 g Asperges sauvage



➔ Vers les recettes complètes



L'art de la culture de L'ASPERGE

TEMPÉRATURE, SOL, RÉCOLTE – IL Y A DE
NOMBREUX DÉFIS DANS LA CULTURE DE CE
LÉGUME FASCINANT



Une bâche agricole accumule la chaleur dans le sol et limite l'évaporation, créant ainsi des conditions de croissance idéales.

En Suisse, pays aux traditions agricoles profondément ancrées, la culture de l'asperge tient une place privilégiée, soutenue par l'excellence et la diversité des produits locaux, de même que par la valorisation des productions agricoles exigeantes. Durant la saison des asperges, d'avril à juin, nous savourons ces tiges fraîches et délicates à travers une multitude de préparations culinaires.

Afin de saisir les subtilités de la culture des asperges et les défis qu'elle représente, nous avons accompagné Ronny Köhli, gérant de la ferme Spargelhof Köhli à Kallnach, en pleine saison. Depuis 25 ans, cette exploitation fidèle aux méthodes traditionnelles valorise ses propres asperges, désormais proposées en trois variétés distinctes.

Les espaces dédiés à la culture de l'asperge en Suisse s'étendent sur environ 400 hectares. On y élève des

buttes de 25 cm de haut, dénommées « Spargeldamm/barrage d'asperges ». Pour assurer un développement optimal, ces buttes sont revêtues d'une bâche spécifique. Celle-ci offre le double bénéfice d'accélérer la maturation des asperges, favorisant ainsi une récolte précoce, et de retenir la chaleur dans le sol, stimulant de ce fait la croissance accélérée des plants. Elle joue également un rôle clé dans la conservation de l'humidité du sol, en limitant l'évaporation – un aspect fondamental, car les plants requièrent un niveau d'humidité adéquat pour générer des turions d'asperges de qualité supérieure. Plus la croissance des asperges est rapide, plus la récolte promet d'être généreuse.

De plus, la bâche agricole sur les plantations est un atout contre les gelées printanières tardives, un enjeu majeur pour la ferme Spargelhof Köhli. « La météo et la température sont cruciales pour le rendement de la saison », confie Ronny Köhli.



Le timing est crucial: nous récoltons environ 20 tonnes d'asperges fraîches chaque saison.

Des températures trop fraîches peuvent abîmer ou même anéantir les jeunes pousses. Si les précipitations sont excessives, le sol devient si boueux que les véhicules ne peuvent plus avancer et les cultivateurs s'enlisent dans les champs. Mais chaleur et sécheresse peuvent tout autant compliquer la récolte. Le manque d'eau ralentit la croissance et nuit à la qualité des asperges, qui deviennent alors filiformes et poussent de travers.

Les conditions climatiques affectent donc directement la productivité. L'asperge est l'un des légumes à la croissance la plus rapide, capable d'atteindre une croissance de 5 cm par jour sous un climat idéal. Lorsque les asperges stagnent, c'est-à-dire qu'elles cessent de pousser, les

producteurs doivent trouver rapidement une solution.

Chez Köhlihof, le goût et la qualité de la récolte sont primordiaux. C'est pourquoi chaque asperge est cueillie manuellement, une par une. Les 20 bénévoles peuvent récolter jusqu'à 800 kg d'asperges en une journée de récolte, ce qui représente environ 20 tonnes pour toute la saison, en fonction bien sûr de la météo. Sur place, les asperges sont triées, lavées, coupées à la taille désirée, puis mises en vente directement à la ferme ou distribuées aux restaurants. « Pour nous, il est crucial que nos clients aient toujours accès à des asperges de qualité. Certes, il arrive que certaines asperges soient imparfaites en forme ou en taille, mais le goût reste inaltéré. C'est pourquoi nous

les sélectionnons pour préparer notre soupe d'asperges maison, et cela remporte un franc succès. »

La culture de l'asperge en Suisse est profondément enracinée dans la tradition, la qualité et la diversité culinaire. Récolter des asperges exige un savoir-faire pointu et des soins minutieux pour garantir une qualité optimale. Les diverses variétés, les défis thermiques et leur place de choix dans la cuisine helvétique rendent l'asperge particulièrement précieuse et appréciée. En tant que reine des légumes, elle continuera à séduire les gourmets en Suisse. La cueillette des asperges n'est donc pas seulement une activité agricole, mais elle fait partie intégrante du patrimoine culinaire suisse.



Diverses variétés d'asperges sont cultivées à la ferme d'asperges Köhli, et chacune présente ses propres défis.



Nos asperges sont exclusivement disponibles dans notre magasin de ferme ou livrées à des restaurants sélectifs.



Pour assurer une qualité de récolte irréprochable, chaque asperge est cueillie individuellement à la main.

TECHNIQUES DE PRÉPARATION

Raffinées

DIFFÉRENTES MÉTHODES DE PRÉPARATION



Fermentation

La fermentation active les enzymes naturelles de l'asperge, lui conférant un goût distinct de celui de l'asperge crue ou cuite. Elle apporte une note complexe et légèrement acidulée, tout en intensifiant les arômes. De plus, la fermentation favorise la formation de bactéries probiotiques bénéfiques pour la digestion et la santé intestinale. Les asperges fermentées sont un ajout passionnant aux salades, aux sandwiches, ou comme accompagnement de divers plats.

➔ Vers la recette



Cuisson sous-vide

La méthode sous vide est une technique de cuisson douce et précise. Les asperges, mises sous vide, sont cuites dans un bain d'eau à basse température. Ce procédé régulier et doux préserve l'asperge, assurant:

- + Un arôme intense
- + Une tendreté naturelle et une consistance parfaite
- + Une haute teneur en nutriments et vitamines
- + Une préparation simple et efficace
- + Une longue conservation facilitant la planification

Atelier de technique sous-vide

Tu souhaites améliorer ta technique et en apprendre davantage sur cette méthode moderne? Alors tu es au bon endroit! Outre les asperges, la viande, le poisson, d'autres légumes et fruits peuvent être cuits sous vide. Cuisson à point avec un minimum d'efforts - acquiers des connaissances précieuses et apprends comment optimiser la qualité de tes plats, tout en réduisant les coûts et la charge de travail grâce à cette technique.

QUAND? OÙ?

16 avril 2024
22 octobre 2024
21 novembre 2024

Chefmanship Centre
Thayngen

➔ Plus d'informations & inscription



Crudités

Les asperges peuvent aussi être savourées crues. Fraîches, jeunes et tendres, elles sont idéales pour cela. Tranchées finement ou coupées en lamelles, elles sont utilisées directement. Les asperges crues sont croquantes, avec un goût frais et herbacé et une douceur naturelle. C'est une manière exquise de découvrir la fraîcheur des asperges dans les salades, les salsas ou comme garniture croustillante. Leur grand avantage: conservées crues, elles préservent au mieux leurs vitamines et minéraux.

➔ Vers les recettes complètes



Le classique **SAUCE HOLLANDAISE**

Riche et onctueuse, la sauce hollandaise est un accompagnement traditionnel des asperges. Son goût beurré s'accorde parfaitement avec la douceur des asperges, leur apportant une dimension gustative supplémentaire et une texture des plus satisfaisantes. Originnaire de la cuisine française, la sauce hollandaise a été documentée pour la première fois au XVII^{ème} siècle. Cependant, son appellation peut prêter à confusion, car elle fait référence à l'utilisation d'un beurre néerlandais de qualité supérieure, très prisé à cette époque.

Astuce

Astuce
La sauce hollandaise de Knorr Garde d'Or garantit également un goût authentique, une texture idéale et une grande polyvalence, le tout sans effort. Elle est aussi parfaite pour apporter de la stabilité à une sauce hollandaise maison.



L'alternative parfaite **SAUCE VÉGANAISE**

Sans aucun produit d'origine animale, mais tout aussi riche et onctueuse que la recette traditionnelle, la sauce véganaise est une excellente alternative. Elle est composée d'huile de colza et de tofu soyeux, et sa saveur épicée distinctive provient de l'ajout de vinaigre, de moutarde et d'épices.

La version salée **SAUCE DEMI-GLACE**

La demi-glace, un autre classique de la cuisine française, est élaborée de façon complexe à partir de fond de veau, de légumes racines, de vin rouge et d'un riche mélange d'épices. Elle offre une polyvalence étonnante et se marie aussi bien avec certains plats d'asperges. Dans les cuisines professionnelles suisses, il est courant d'utiliser la demi-glace de Knorr, réputée pour sa qualité et sa facilité d'utilisation.



*Source: Grossopanel AG, Suisse, catégorie « Sauces brunes », chiffre d'affaires et ventes, Janvier - Août 2023.

Une affaire fruitée **VINAIGRETTE AUX AGRUMES**

L'acidité rafraîchissante du citron, sublimée par la douceur du miel et la finesse de l'huile d'olive, confère à cette vinaigrette un air de printemps. Elle est également idéale en accompagnement de poissons ou de fruits de mer.



Hellmann's
Vinaigrette Citrus
No d'art.: 23219

Style asiatique **VINAIGRETTE AU SÉSAME ET AU SOJA**

Les saveurs asiatiques se retrouvent de plus en plus dans la cuisine suisse moderne. Les graines de sésame grillées et le gingembre apportent une touche exotique et innovante à vos plats.



Hellmann's
Vinaigrette
Sésame Soja
No d'art.: 2323



La version pratique **SAUCE MAYONNAISE**

La sauce mayonnaise est un condiment polyvalent qui s'intègre dans presque toutes les cuisines. Que ce soit en version classique, en sauce cocktail, ou dans toute autres variations, elle se révèle particulièrement pratique et constitue une excellente base. Cela est d'autant plus vrai lorsque l'on dispose d'un large assortiment de mayonnaises Knorr Professional ou Hellmann's.

À la méditerranéenne **VINAIGRETTE AU VINAIGRE BALSAMIQUE**

Un incontournable qui ne déçoit jamais. L'association de fraises, de framboises et d'un mélange d'épices diverses confère à cette vinaigrette balsamique une richesse aromatique exceptionnelle.



Hellmann's
Vinaigrette
Balsamico
No d'art.: 23089



LES ASPERGES

et leurs indispensables compagnons

1

Asperges blanches avec une hollandaise végane

Hollandaise végane:

120 g Échalotes, hachées
 2 cl Huile de tournesol
 2 dl Sake (Vin de riz)
 8 dl **Knorr Professional Bouillon de Légumes Nature**
 200 g Tofu soyeux
 4 cl Mirin
 5 g Sel
 1 pc. Citron
 50 g Ail des ours

Suer les échalotes dans l'huile. Déglacer avec du Sake et porter à ébullition. Ajouter le bouillon et laisser mijoter pendant 5 minutes au point d'ébullition. Ajouter le tofu soyeux et le Mirin, mixer finement, puis passer. Assaisonner avec le sel, le jus et les zestes de citron. Mixer la moitié de la hollandaise végane avec l'ail des ours et mélanger encore une fois.

2

Ragoût d'asperges et morilles et Minced Balls

Minced Balls:

30 pcs. **The Vegetarian Butcher Vegetarian Minced Balls** – Alternative végétarienne de boulettes à base de soja
 3 cl **Oliogastro Crème à rôtir**

Sauce:

2 cl **Oliogastro Crème à rôtir**
 70 g Échalotes, hachées
 200 g Morilles
 2 dl Vin blanc
 2 dl **Knorr Professional Base végétale Sauce Demi-glace**, préparé
 2 dl Crème alternative, végane

Minced Balls:

Sauter les Minced Balls dans la matière grasse et réserver au chaud.

Sauce:

Chauffer la matière grasse et y suer les échalotes et les morilles. Déglacer au vin blanc et laisser réduire. Ajouter la demi-glace et l'alternative de la crème et porter à ébullition. Assaisonner.

3

Salade d'asperges blanches aux câpres et vinaigrette balsamique

Asperges:

1.25 kg Asperges, blanches
 40 g Beurre
 5 g Sel
 3 g Sucre
 100 g **Chirat Câpres Capucines**
 5 pcs. Basilic en branche
 10 g Fleurs de lavande

Vinaigrette balsamique:

4 dl **Hellmann's Vinaigrette Balsamico**
 60 g Échalotes, hachées
 5 g Thym
 5 g Fleurs de lavande

Asperges:

Déposer les asperges à plat dans un sachet à sous-vide avec le beurre, le sel et le poivre et mettre sous-vide à 100%. Cuire à la vapeur à 90°C pendant 20-25 minutes. Refroidir dans l'eau glacée. Couper les asperges en deux dans la longueur et les dresser avec les câpres. Garnir avec le basilic et la lavande.

Vinaigrette balsamique:

Mélanger la Vinaigrette Balsamico avec les échalotes et les herbes. Servir à part.

4

Salade d'asperges tièdes à l'orange et vinaigrette aux agrumes

Salade d'asperges:

1.25 kg Asperges, blanches
 5 g Sel
 40 g Beurre
 3 g Sucre
 1 dl Jus d'orange
 200 g Oranges filetées
 10 g Graines de sésame, noir
 5 g Flocons de chili

Vinaigrette aux agrumes:

30 g Oranges filetées
 4 dl **Hellmann's Vinaigrette Citrus**
 4 cl Jus d'orange
 3 g Flocons de chili

Asperges:

Déposer les asperges à plat dans un sac à sous-vide avec du sel, du beurre, du sucre et le jus d'orange, puis mettre sous-vide à 100%. Cuire à la vapeur à 90°C pendant env. 20-25 min. et refroidir dans de l'eau glacée. Dresser les asperges, garnir avec les filets d'orange, le sésame noir et les flocons de chili.

Vinaigrette aux agrumes:

Prélever délicatement les filets d'oranges et mélanger avec le jus d'orange, la Vinaigrette Citrus et les flocons de chili. Servir la vinaigrette à part.

➔ Vers les recettes complètes

CUISINE
SUISSE+
MODERNE

QUE SERAIT...

... PÂQUES SANS OEUFS?

... ET DES OEUFS SANS AROMAT?



CULTURE, TRADITION, PLAISIR.

Aromat nous accompagne depuis l'enfance et est désormais fermement ancré dans nos traditions culinaires depuis quatre générations. L'histoire de « l'or jaune de la Suisse » remonte à 1953, année où il fut inventé par le cuisinier suisse Walter Obrist. Obrist avait quitté son poste de chef de cuisine dans l'un des établissements les plus renommés de Suisse à l'époque pour rejoindre l'équipe de développement chez Knorr.

Grâce à une campagne de marketing efficace et à sa recette unique, Knorr a réussi à rendre Aromat célèbre auprès de plus de 80 % des Suisses après seulement huit mois – un succès remarquable. Au fil des 70 dernières années, Aromat s'est imposé comme un incontournable de la cuisine suisse, un véritable talent polyvalent dont nos cuisines ne sauraient se passer. Il apporte une touche indéniable d'identité suisse et constitue un élément essentiel de notre patrimoine gastronomique. À Pâques, en particulier, le dicton populaire dit: Pas d'œuf sans Aromat!



Knorr Professional
Ketjap Manis



Knorr Professional
Pâte d'épices Ail et
Gingembre



Knorr Professional
Bouillon de Légumes



Soupe aux ramen et œuf épicé

Oliogastro
Huile à friture



Œufs frits croustillants
au cresson



Knorr Professional
Pâte d'épice Paprika



Kressi
Vinaigre



Hellmann's
REAL Mayonnaise



Chirat
Câpres Capucines

Canapés aux œufs



Knorr Professional
Spaghetti



Spaghetti Carbonara

Knorr Professional
Riz Basmati



Knorr Professional
Ketjap Manis

Oliogastro
Crème à rôtir



Riz épicé avec
un œuf au plat

RECETTES SIMPLES AUTOUR DE L'ŒUF

➔ Vers les recettes

TOUT SIMPLEMENT BON

Les œufs sont de véritables prodiges en cuisine. Ils confèrent aux pâtisseries une texture moelleuse, épaississent les sauces et garantissent une tenue parfaite des desserts. En parlant de desserts:

Tout simplement sucré

Particulièrement au printemps, la rhubarbe se distingue dans de nombreuses pâtisseries à base d'œufs. Son goût acidulé donne à chaque dessert une saveur unique. Savais-tu que, botaniquement parlant, la rhubarbe n'est pas un fruit mais un légume? Elle appartient à la famille des Polygonacées et est souvent traitée comme un fruit dans diverses recettes. La meilleure période pour savourer la rhubarbe dépend du temps de récolte, qui varie en fonction de la région et du climat – tandis que dans les régions plus chaudes et les zones de basse altitude, la récolte peut commencer dès avril, les régions montagneuses profitent de la rhubarbe fraîche vers le mois de juin.



Tarte crémeuse à la rhubarbe

Pâte sucrée:

60 g Œufs entiers
130 g Sucre
1 pc. Gousse de vanille
1 g Sel
90 g Beurre
220 g Farine fleur
2.5 g Poudre à lever

Panna Cotta:

3 dl Lait
200 g Purée de rhubarbe
130 g **Carte D'Or Panna Cotta**
5 dl Crème entière

Pâte sucrée:

Mélanger les œufs entiers, le sucre, la pulpe de vanille et le sel. Ajouter le beurre ramoli et mélanger. Incorporer la farine blanche et la poudre à lever. Mélanger le tout et réserver au frigo avant utilisation. Chemiser une forme à tarte avec la pâte et la piquer. Cuire à blanc dans un four préchauffé à 180°C pendant environ 20 à 30 minutes. Retirer du four et laisser refroidir.

Panna Cotta:

Porter à ébullition le lait avec la purée de rhubarbe. Ajouter la poudre de panna cotta et laisser mijoter pendant 30 secondes en remuant constamment. Retirer du feu et incorporer la crème. Verser le liquide dans la tarte. Laisser refroidir au moins 3 heures.

Présentation:

Garnir la tarte avec les fraises, mini-meringues et menthe.

Quenelles aux fraises avec une délicieuse rhubarbe et sabayon

Rhubarbe:

500 g Rhubarbe
200 g Purée de rhubarbe
2 g Xanthane

Quenelles aux fraises:

10 pcs. **Caterline Quenelles au séré fourrées aux fraises**
20 g Zeste de citron

Sabayon:

2 dl Vin blanc
125 g Sucre
1 pc. Citron, pressé
120 g Jaunes d'œufs, pasturisés
4 cl Cognac

Rhubarbe:

Déposer la rhubarbe et la purée dans un sachet et mettre sous-vide. Cuire à 85°C pendant environ 20 minutes, puis déposer dans l'eau glacée. Couper en morceaux réguliers pour une bouchée. Lier le fond avec un peu de xanthan.

Quenelles aux fraises:

Laisser tirer les quenelles aux fraises dans l'eau salée pendant 10 minutes. Au dressage, garnir avec des zestes de citron râpés et du sucre cristallisé.

Sabayon:

Fouetter mousseux le vin blanc, le sucre, le jus de citron et le jaune d'œuf sur un bain-marie, parfumer au Cognac et servir aussitôt.

Présentation:

Dresser la rhubarbe dans des assiettes creuses avec le jus. Arranger les quenelles par-dessus avec la garniture et terminer avec le corail. Servir le sabayon à part.



NOTRE MENU DE PÂQUES

en trois services

CHAQUE CONVIVE TROUVERA SON BONHEUR AVEC CES IDÉES CLASSIQUES REVISITÉES.

Plat principal végétalien

Cevapcici accompagnés de pois mange-tout, gnocchis et sauce

Adapter ce plat pour les végétaliens ou les non-végétaliens est un jeu d'enfant: il suffit de modifier un seul ingrédient. Un atout non négligeable, surtout pendant le rush des fêtes. Une chose est sûre: ce plat fera le bonheur de tous pour Pâques.

Entrée

Salade de persil et mousse d'asperges à la ricotta

Une préparation rapide et simple pour un goût résolument frais. Partage avec tes invités les secrets de tes premières herbes aromatiques que tu incorpores dans tes plats. Si tu choisis de servir la vinaigrette séparément, les herbes conserveront leur arôme plus longtemps, et chacun pourra doser l'intensité à sa guise.

Plat principal

Carré d'agneau avec pommes de terre à l'emmental et légumes du marché

Troque les traditionnelles pommes frites pour une créative version « Pommes de terre à l'emmental », de quoi animer les discussions à table. Sers un carré d'agneau local et profite de l'occasion pour partager avec tes invités l'histoire de son origine et ce qui le rend exceptionnel.

Dessert

Gâteau au moka

Un attrait supplémentaire irrésistible, à exposer en vitrine et à servir frais, découpé devant les clients. Une spécialité maison qui se prépare en un clin d'œil.



[Vers les recettes](#)

Crucifères: SUPERHÉROS DES SUPERFOODS

Les crucifères, également connues sous le nom de brassicacées, constituent une famille de plantes diversifiée qui inclut des légumes tels que le chou blanc, le chou rouge, le brocoli et le chou-fleur... Leurs fleurs, caractéristiques avec quatre pétales en forme de croix, ainsi que leurs gousses apparentes, les rendent aisément reconnaissables. Riches en nutriments, les légumes crucifères sont réputés pour leurs bienfaits sur la santé. Ils contiennent également une grande variété de phytonutriments, appréciés pour leur saveur distincte ainsi que pour leurs propriétés antioxydantes et anti-inflammatoires.

● Radis et compagnie:

Ils font également partie de la famille des crucifères et apportent aux plats printaniers, tels que notre salade de radis, une esthétique séduisante et une fraîcheur notable. Ces légumes se distinguent par leurs nombreuses vertus santé, riches en vitamines, minéraux et fibres, indispensables à une alimentation saine et équilibrée.



Hellmann's
Vinaigrette Citrus

Salade de radis
avec kumquat et
vinaigrette aux
agrumes

➔ Vers la
recette



Salade de lentilles et radis à la vinaigrette aux agrumes

Lentilles noires:

- 300 g Lentilles (Beluga)
- 6 dl Eau
- 15 g **Knorr Professional Pâte d'épice Gingembre**
- 2 dl **Hellmann's Vinaigrette Citrus**

Présentation:

- 250 g Radis rouges
- 200 g Radis glaçons
- 200 g Radis noir, en tranches
- 60 g Oignons, rouges, hachés
- 20 g Cerfeuil
- 20 pcs. Fleurs comestibles

Préparation:

Mettre sous-vide les lentilles, l'eau et la pâte au gingembre. Cuire sous-vide à 95 °C pendant environ 60 minutes. Sortir et mélanger avec la moitié de la vinaigrette, assaisonner. Dresser sur une assiette. Arranger les légumes et les garnitures sur les lentilles. Servir la vinaigrette à part.

Coquilles Saint-Jacques sautées sur crème de radis

Coquilles Saint-Jacques:

- 10 pcs. Coquilles Saint-Jacques
- Sel et poivre

Crème de radis:

- 2 cl **Oliogastro Crème à rôtir**
- 300 g Radis rouges, en petits morceaux
- 50 g Beurre
- 4 dl Lait
- 10 g **Knorr Professional Bouillon de Légumes Nature**
- 6 dl Eau
- 190 g **Knorr STOCKI purée de pommes de terre**
- 1.5 dl Crème entière, fouettée
- Sel et poivre
- 100 g Radis rouges, en fines rondelles
- 5 g Poivre, rose
- 50 g Cresson

Vinaigrette de radis:

- 4 dl **Hellmann's Vinaigrette Citrus**
- 100 g Radis rouges
- 50 g Oignons, rouges
- 10 g Zeste de citron
- 10 g Ciboulette

Coquilles Saint-Jacques:

Assaisonner les coquilles Saint-Jacques et les sauter dans la matière grasse.

Crème de radis:

Suer les radis dans le beurre. Mouiller avec le lait et assaisonner avec la poudre de bouillon. Cuire les radis à bonne cuisson et mixer. Laisser légèrement refroidir la crème. Porter l'eau et le sel à ébullition, retirer du feu. Ajouter la crème de radis. Ajouter les flocons de Stocki et les remuer avec une spatule jusque les flocons soient recouverts par le liquide. Laisser imbiber dans une poêle pendant 5 minutes. Incorporer la crème entière, assaisonner et verser dans un sac à dresser.

Vinaigrette de radis:

Mélanger tous les ingrédients ensemble et assaisonner. Servir la vinaigrette séparément.



CUISINE TRADITIONNELLE INTERPRÉTÉE DE MANIÈRE MODERNE

RECETTES, IDÉES ET ASTUCES

pour toute l'année

Non seulement au printemps, mais tout au long de l'année, la Cuisine Suisse Moderne regorge de points forts culinaires, et chaque région a ses propres trésors à offrir. Laisse-toi inspirer et trouve ce qui conviendra le mieux à ton restaurant.

- + **Recettes pour les entrées, les plats et les desserts**
- + **Tendances importantes et comment les mettre en œuvre**
- + **Ateliers et formations pour tous les niveaux**

➔ Tu trouveras plus d'informations ici!

Restez informé et suivez-nous:

-  @ufschefs.ch
-  @Culinary Fachberatung CH
-  @chefmanship

CUISINE SUISSE MODERNE

