Cuisine de saison : aînés, restez jeunes en cassant des oeufs!

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse**

Band (Jahr): **23 (1993)**

Heft 3

PDF erstellt am: **04.06.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

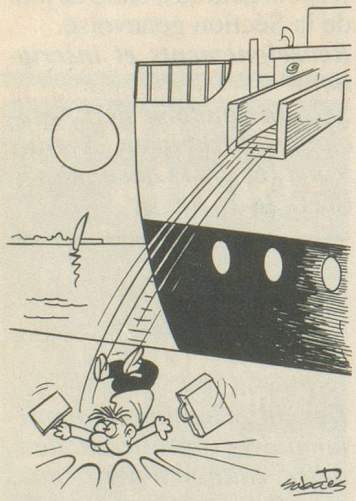
http://www.e-periodica.ch

Cuisine de saison

Paul Vincent

Aînés, restez jeunes en cassant des oeufs!

C'est en mars que le printemps sort de sa coquille - en même temps que les oeufs. Chez nous, on trouve moins les «oeufs d'usine» qui sortent à la chaîne du derrière des poules. Ce sont encore des petites grenades blanches qui éclatent de toute leur force gastronomique d'«oeufs de ferme». Voici comment casser les oeufs à la mode de chez nous.



Anxieux d'arriver
Dessin de Ramon Sabatès

L'omelette suisse, comme toute omelette qui se respecte, ne se fait pas sans casser des oeufs. Mais elle est accueillante: il lui faut la société de gruyère, de pommes de terre, d'oignon et de tomates. En hiver, on peut remplacer les tomates par des petits pois en conserve ou des carottes et certains tiennent à lui adjoindre des croûtons frits.
Prévoir une poêle et une jatte. Prendre 8 oeufs. Les battre ensemble dans une jatte avec 150 g de gruyère râpé, 2 cuillerées à soupe de lait et des fines herbes hachées. Saler - légèrement - poivrer. Peler et couper en petits cubes 2 pommes de terre. Eplucher, émincer un oignon. Peler et épépiner 2 tomates. Prendre une poêle. Y couler 2 cuillerées à soupe d'huile. Y faire revenir les trois légumes, pommes de terre, oignon, tomates. Verser les oeufs et gruyère battus de la jatte dans la poêle avec les légumes et faites cuire les deux faces de l'omelette. C'est Alexandre Dumas qui dans son livre «Voyage en Suisse» - éditions Calmann-Lévy - a écrit cet aphorisme de poulailler: «L'omelette est, à la cuisine, ce que le sonnet est à la poésie.» A cette variante près qu'en retournant l'omelette, il vaut mieux éviter la «chute».

Les röstis aux oeufs sont populaires chez nous jusqu'à la légende. Alexandre Dumas aurait pu dire que les röstis sont aux oeufs ce que le coffre-fort est à la banque. D'ailleurs, les röstis varient avec les régions. En Suisse alémanique, on les déguste sucrés, avec une compote de fruits. En Suisse romande, on les savoure avec l'accompagnement d'une salade.
Faire dorer discrètement 6 tranches de pain rassis dans 50 g de beurre. Les retirer, puis les passer rapidement dans du lait chaud (une tasse). Dans la même poêle, remettre les tranches de pain. Les couvrir avec les oeufs battus. Saler, poivrer. Couvrir. Laisser cuire à feu doux pendant une dizaine de minutes. Attendre pour servir que les oeufs soient moelleusement vôtres.

Le flan au fromage a son originalité: certains gastronomes aiment le saupoudrer en finale avec des miettes de pain frites au beurre.
Prévoir 4 oeufs. Faire bouillir un demi-litre de lait. Battre ensemble les 4 oeufs avec 125 g de gruyère râpé. Saler, poivrer, mélanger au lait quand il a refroidi. Verser le tout dans un moule beurré et couvert d'un chapeau de papier d'aluminium. Faire cuire au bain-marie 30 minutes au four. Laisser refroidir après la cuisson et démouler.

Le soufflé montagnard prévoit de la semoule en plus du fromage, du lait, du beurre et des oeufs.
Faire tomber 6 cuillerées à soupe de semoule en pluie fine dans un litre de lait bouilli (en remuant). Mettre sel, poivre, noix de muscade râpée, 250 g de gruyère râpé, 50 g de beurre. Retirer du feu et laisser refroidir quand le fromage a bien fondu et que le mélange s'épaissit. Incorporer alors d'abord les jaunes de 4 oeufs, puis les blancs battus en neige ferme. Verser le tout dans un moule à soufflé oint de beurre et mettre 40 minutes à four moyen.
Les oeufs entrent partout dans la cuisine de la femme d'intérieur de chez nous, comme les facteurs à la période de Noël. Ils bonifient les salades, les soupes, les viandes, les desserts. Ce sont des petites grenades blanches qui éclatent de toute leur forme vitale d'«oeufs de ferme». La Suisse a gardé ses petites éleveuses au grain et au gré qui apportent leur panier de quelques douzaines sur les marchés. Les oeufs frais du matin.
Jadis, les oeufs de poule se conservaient l'hiver, saison de basse ponte, dans les fermes isolées. On peut les placer simplement dans des boîtes de grains de céréales, de son ou de poussière de charbon, les frotter de sel dans du papier journal, les plonger dans un bain de paraffine en fusion ou de vaseline (qui ferment les pores) et de préférence dans une enveloppe vitreuse de silicate de potasse et de soude ou dans de l'eau de chaux. Mais nous sommes au printemps. En attendant l'hiver, préférons les oeufs à la neige aux flocons: ■