

Zeitschrift: L'ami du patois : trimestriel romand
Band: 39 (2012)
Heft: 153

Artikel: Recette de la "cressin" aux achâres
Autor: Ançay-Dorsaz, Raymond / Anchaï dè Noeüle, Raymond
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1045343>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 13.04.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

RECETTE DE LA «CRESSIN» AUX ACHÂRLES

Raymond Ançay-Dorsaz, Fully (VS), Raymond Ançai dè Noeüle

Itchte na rëponche a Anne-G. Bretz-Héritier pouo la kèchtion dè Moucheu B. Vauthier, kë démande d'èchpèlkachon chu na rëchète pouo fir'è la krècheïn i j'achârl'è. Adon vouolâ chin kë n'i trovô è chin k'i pouai dère...

- a) l'acharlai (masc.) - l'alisier
b) l'achârle (fém.), li j'achârl'è - l'alise, les alises (fruits de l'alisier)

1) *La rëchète chè fi toti avoui dè j'achârl'è kë l'on atrapô la prèmièr'a dzalô.*

2) *Din le tin, on fajai chuto chin d'oeütton, pouorchin k'avoui dè j'achârl'è pëchk'è frèts'è, i l'è mèyeu ! Chë, n'avecheïn brâmin amachô, on n'in mètai in rëjerve din on châ pindélô inô i guërnaï u i cholan (a kôj'è di rat'è è, di grè), è li j'achârl'è i chètsëv'on li dedin. Pouai âdon, a la feïn di kârême on li trimpâv'è, d'abouo na petchoud'a vouarbête din l'tvouë, pouai apri, grantin din la goute dè dzégne (eau-de-vie de marc). Deïnche on pouëjai fir'è yëne u dâvouë krècheïn a Pâtche. On fajain la krècheïn, d'apri la fachon dè shia k'on fi avoui li rejeïn chè, mi adon itche, on mètai in plach'è di rëjeïn... li j'achârl'è !*

La rëchète tzandzèv'è on petchou moué d'on-na famëye a l'âtre. Les



Alises encore vertes et feuille d'alisier. Photo Bretz.

1) La recette se fait toujours avec des *achârles* qui ont « subi » le premier gel (donc l'automne après le premier froid).

2) Autrefois, on faisait d'abord cette recette l'automne, car avec les *achârles* relativement fraîches, c'est meilleur ! Si on en avait assez cueilli, on en mettait en réserve dans un sac que l'on suspendait dans le grenier ou le galetas (à cause des souris et des loirs) et elles séchaient. En fin de carême, on les faisait « regonfler » un court moment avec de l'eau et après, si possible, un bon moment dans l'eau-de-vie de marc... Ainsi, on pouvait faire une ou deux cressins vers Pâques. On y faisait la recette de base, c'est-à-dire d'après celle de la cressin aux raisins secs mais remplacés ici par les *achârles*.

La recette changeait toujours un peu d'une famille à l'autre. Les familles

famèy'è pâ troua pour'è, faijâv'on la krècheïn avoui la farèn'a blantse. Li pië pour'è, i la fajâv'on mèshië : farèn'a blantse è farèn'a dè chaïle, chèche chuto din li velâdz'è inô pè le mon këchon ânou onkouo vouore : «li Mayin». Rin kè kâkè yâdz'è, on li fajai avoui on-na grôch'a partchia dè chaïle. Mi...rin k'âvouï dè chaïle i l'è mi kè môdjui dè brashië è dè fachênâ è pouaï adon, la krècheïn l'è pâmi na pâticheïri feïne, i l'a jèchkè rin ! Din le mon, di pachô noeü (neu) chin métr'è, i l'ère môdjui dè fir'è mûri dè frëmin. Mi li famèy'è i n'in chènâv'on pèchkè toti kan-mîmouë on petchou moué, din dè kroué petchou tsan, mi bien (beïn) vrëyè di bié di cholai, pouo avai na petchoud'a brèk'a dè shia « farèn'a di rètse » !

3) La famèye dè Michel è, Yolande Ançay-Gentile, di Rèstoran «Le Rèle di Tsashioeü» inô in Tchëbouë, in n'amou, din la komouëne dè Fouëyë, i m'a fran bien (beïn) rèchu è, to èchplèkô li tsouj'è pouo fire na krècheïn u na rëjoeüle (rissole) avoui li j'achârl'è. Mi apri, l'è la boub'a â leu, Miliye, kouëjènaire è, patichiëre di kâfé kë m'a baya la rëchète dè vouore,... kë fi yè. L'è na rëchète kë l'a invinchenô yè, avoui la bâje dè la viëy'a. I no j'a ècheplèkô kë l'a pâ tsandza gran tsouje dè la rëchète kë l'avai rèchu di fëmal'è kë i vouo baye le non, a la

les moins pauvres faisaient cette cressin avec de la farine blanche. Les plus pauvres la faisaient avec une farine mixte : farine fleur et farine de seigle, spécialement dans les villages du Haut de notre commune que l'on nomme encore «Les Mayens». Dans les cas extrêmes, on la faisait avec beaucoup de seigle mais rien qu'avec du seigle le malaxage de la pâte devient difficile et la cressin n'est plus une pâtisserie fine... et de loin ! Dès l'altitude de 900 mètres, il était difficile de faire pousser du froment. Les familles en semaient toutefois un tout petit peu sur un petit lopin très exposé au soleil pour avoir quelque peu de cette « farine de luxe » !

3) La famille de Michel et Yolande Ançay-Gentile du Restaurant «Le Relais des Chasseurs» à Chiboz sur Fully, m'a aimablement et bien renseigné au sujet de cette cressin ou galette. Puis, c'est leur fille Emilie, cuisinière et pâtissière de l'établissement qui m'a aimablement transmis la recette actuelle qu'elle a concoctée sur la base de l'ancienne, mais très peu rectifiée. La recette ancienne et les indications de base sont celles données par les personnes que je cite en fin de ce chapitre. La recette d'Emilie, on peut la réaliser quand on



Fleurs d'alisier.
Dessin Valentin Debons.

feïn di chapitre . La rêchète a Miliye, te poeü la fire kan te voeü, pourorchin kë di kë li j'achârl'è l'on attrapô la prèmiër'a dzalô, on poeü li j'amachâ è on peoü li mètre i kongélateu u yua... dè li lachë chëtsë...

Adon, vouor'a, i vouo baye la rêchète a Miliye :

**** Batre inchinble : 3 kouokon avoui,**

- 1 petchoud'a couyèrô dè chô,
- 8 kouoyèri a chëpe dè chokre (= 135 gram'è),
- 100 gram'è de beure on moué shiape,
- 1 tacha (plén'a) dè lafé taïde,
- 1 vièr'è plin (=on déchì) dè goute dè garjeïn (u vouore, dè grapa achebeïn),
- 1 petchoud'a couyèrô dè kanèle in poeüdre,
- 1 petchoud'a couyèrô dè muchkade mouelâye,
- ½ chitron, in ju (la mètchia d'on chitron...),
- 800 gram'è dè farën'a blantse, avoui,
- 50 gram'è dè farën'a dè chaïle,
- 1 è ½ petchou patchè dè «lèvrè chëts'è» di bouëлиндzë,
- 100 a 150 gram'è d'achârl'è, pou mardjièlây'è, è, pâ bréyè, vouin, na pouëgna, chin fi guëya (a poupri) trinte achârl'è, mi adon bien bouëgnè din la goute dèvan.

**** mèschiandâ to chin, min pouo fir'è on pan é, lachë rèpoujâ na demioeüre (1/2 h.) chë fi proeü tsô din l'indrai, u adon, i lachë on moué mi.**

veut puisque une fois que les *achârles* ont subi le premier gel, on peut les cueillir et les mettre au congélateur, au lieu de les laisser sécher...

Voici donc la recette d'Emilie :

**** Battre ensemble : 3 œufs avec :**

- 1 cuill. à café de sel,
- 8 cuill. à soupe de sucre (= 135 grammes),
- 100 grammes de beurre ramolli,
- 1 tasse pleine de lait tiède,
- 1 verre (= 1 dl) de marc de dôle (ou de grappa),
- 1 cuill. à café de canelle en poudre,
- 1 cuill. à café de muscade moulue,
- ½ citron (jus),
- 800 grammes de farine blanche +
- 50 grammes de farine de seigle,
- 1 et ½ sachet de levure sèche du boulanger,
- 100 à 150 grammes d'*achârles*, éclatées, mais pas écrasées, = soit une poignée d'environ 30 *achârles*, préalablement trempées dans le marc.

**** mêler le tout comme pour une pâte à pain et laisser reposer env. 1 demi-heure s'il fait assez chaud dans la pièce, sinon un peu plus...**

** kouaire on n'oeüre a on n'oeüre è
demië (1 a 1½ h.) (kontrôlâ...)

** Bouën'apèti !

*Pouo chavaï on moué to, i chaï itô
kèri dè rinchègnèmin vè la Mirè-gran
Rachèl Ançay-Carron, néy'è in 1917,
(gran-mam'è dè Miliye), è chtache
m'a bien (bëin) rèchu. Mîme kë shia
fèmale l'è brâmin viëye, l'è on-na
dzin onkouo fran alurâye. I m'a baya
on fran biô mouomin, plijin è chuto
plin d'afir'è di patrimouéne, è l'è
jëchtamin chin kë mè pli, â mè. I m'a
èchplèkô achebeïn, kë la rëchèt'a di
j'achârl'è i veïn dërètamin dè shia
kë l'è fite avoui li rëjeïn chè ; rëchète
dè la famèye â leu è achebeïn dè Ma-
dame Alice Bender, mi shia fèmale
l'è mort'a vouore. Adon vouin : li
krècheïn i j'achârl'è, û, shiè, i rejeïn
chè ?*

*Inô-li i y'a dè j'achârl'è, mi li rëjeïn
chè, din le tin, i fayiv'è alâ li kèri,
bâ in Plan-na !... Adon on poeü dère
kë, i l'è fran avoui shia baj'a-li, kë
le kâfé : « Le Rëlè di Tsashioeü »
dè Tsëbouë (=Chiboz), l'a mètu in
dèvan, la rëchèt'a dè vouore dè la
krècheïn i j'achârl'è.*

** cuire 1 heure à 1 heure et demie...
(contrôler...)

** Bon appétit !

Pour en savoir assez, je suis allé également chercher les renseignements chez Grand-mère Rachel Ançay-Carron, née en 1917, (grand-mère d'Emilie), qui m'a très bien reçu. C'est une femme pleine d'allant malgré son grand âge. Elle m'a accordé un moment convivial et riche en affaires de patrimoine, patrimoine qui me tient particulièrement à cœur. Elle m'a expliqué également que la recette de base de la cressin aux achârlès est bien faite d'après celle aux raisins secs; recette provenant de leur famille et aussi de celle de Mme Alice Bender aujourd'hui décédée. Alors voilà : les cressins aux alises ou celles aux raisins secs ?

Là-haut il y a des alises, mais autrefois, les raisins secs il fallait les chercher en bas, en Plaine !... Ainsi on peut vraiment affirmer que c'est bien sur cette base qu'est réalisée la recette actuelle du Restaurant « Le Relais des Chasseurs à Chiboz », pour la cressin aux alises.



Alises.

Dessin Valentin Debons