

**Zeitschrift:** Schweizer Revue : die Zeitschrift für Auslandschweizer  
**Herausgeber:** Auslandschweizer-Organisation  
**Band:** 12 (1973-1974)  
**Heft:** 45

**Rubrik:** La page de la femme : un tour à la cuisine

### **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:** 15.02.2026

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

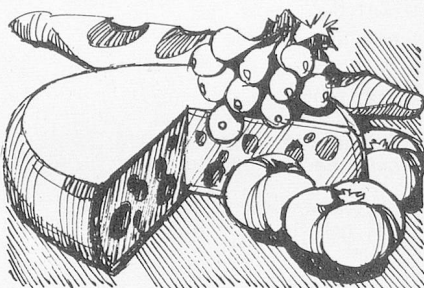
# La page de la Femme

## Un tour à la cuisine

par ANNALISE

### QUELQUES RECETTES SIMPLES DE FROMAGE

#### PLATEAU DE FROMAGES



En Suisse, on mange volontiers du fromage comme repas principal, avec du pain beurré, des pommes de terre en robe des champs (voire avec des röstis — sorte d'émincé de pommes de terre sautées). Un beau morceau de véritable Emmenthal SWITZERLAND sera aussi, sur votre plateau de fromages, un centre d'attraction agréable à l'œil. Ajoutez une note colorée avec une tomate, quelques radis, du persil ou un concombre.

#### LE VÉRITABLE EMMENTHAL « SWITZERLAND »

*pour ceux qui surveillent leur ligne.*

Connaissez-vous le régime choc pour maigrir ? Ce régime ne convient qu'aux personnes bien portantes et ne doit être suivi qu'un jour par semaine, par exemple avant ou après des excès gastronomiques !...

**PETIT DEJEUNER** : 1 œuf, 1 tasse de thé ou de café, avec du lait écrémé.  
**COLLATION DANS LA MATINÉE ET DANS L'APRÈS-MIDI** : 30 gr d'Emmenthal SWITZERLAND et un verre de porto.

**DEJEUNER ET DINER** : à chaque repas 150 g de viande grillée et 1 verre d'eau minérale.

Un point important : ne rien ajouter, ne rien omettre. L'efficacité de ce régime repose en effet sur son dosage précis de protéines. L'Emmenthal SWITZERLAND ne contient pas d'hydrates de carbone.

#### SNACK - TELEVISION

Assiette d'amuse-gueules. Pour aller vite : beurrez de grandes tranches de pain de mie, recouvrez-les d'une belle tranche de Gruyère SWITZERLAND puis coupez le tout en petits canapés de la taille d'une bouchée.

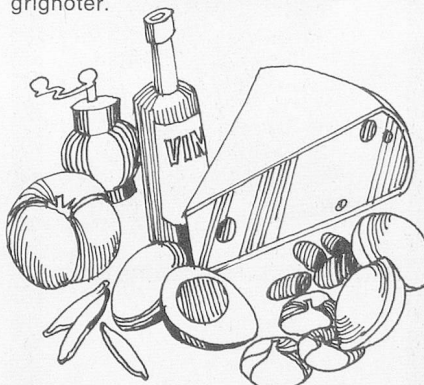
Garnitures : filets d'anchois, rondelles d'œuf dur, cornichons, demi-cerises à cocktails, petits morceaux d'ananas passés au curry, caviar, rondelles d'olives, champignons émincés, etc...

#### DU GRUYERE SWITZERLAND une collation bienvenue.

Le véritable Gruyère SWITZERLAND est idéal pour une collation, le repas du soir ou avec un verre de vin.

Accompagnez le véritable Gruyère SWITZERLAND de raisins, de figues, de dattes et de noix. Ou bien remplacez ces fruits par des olives, des cornichons, des petits oignons blancs, des radis, des œufs durs ou des tomates ; complétez avec cumin et poivre du moulin.

Pendant les heures de détente, avec une bonne bouteille de vin à portée de main et des petits dés de gruyère à grignoter.



#### HOT BREADS

*(se mangent chauds ou froids)*

Entaillez une flûte parisienne tous les 3 centimètres. Remplissez les fentes de beurre mélangé à de la moutarde et complétez la garniture avec des tranches de véritable Gruyère SWITZERLAND, auquel on peut associer : jambon, lamelles de lard, rondelles de saucisson ou de concombre au sel, tomates, olives, oignons et comme épice, une petite feuille de sauge. Saupoudrez de paprika et cuisez à four chaud, jusqu'à ce que le fromage commence à fondre (5 - 10 minutes). « Hot-breads » pour pique-niques : préparés à l'avance, on les emballe dans des feuilles d'aluminium, pour finalement les griller sur place, au barbecue, ou encore les découper en portions et les manger froids.

#### POTAGE DE SION

*Préparation : 20 minutes.*

*Proportions (4 personnes)*

150 g de fromage Emmenthal coupé en dés.

3 tomates.

1 oignon.

1 petite cuiller à café de céleri haché.

25 g de beurre.

2 cubes de bouillon.

1 litre d'eau.

1 cuiller à soupe de fécule de maïs.

1 décilitre de crème fraîche.

Pili-pili - Croûtons.

Faites revenir dans le beurre l'oignon finement haché. Ajoutez-y le céleri ainsi que les tomates, pelées et coupées en morceaux. Faites cuire durant 15 minutes, puis passer au mixoup.

Ajoutez la fécule de maïs diluée dans un peu d'eau ainsi que le pili-pili (suivant goût). Donnez un bouillon, retirez du feu et ajoutez la crème fraîche. Partagez dans les assiettes les dés d'Emmenthal et les croûtons et versez dessus le potage très chaud.

#### CUISOT DE CABRI « VIVA LA GRISCHA » GITZISCHLEGEL



*Il vous faut :*

Beurre ou margarine.

1 gigot de cabri.

1/2 tasse de vin blanc (Veltliner).

300 g de champignons.

150 g de jambon.

1 échalotte.

1 paquet de pâte brisée (congelé).

Jus de rôti.

Bien rôti le gigot — assaisonnez — enlevez — ajoutez le vin blanc au fond de cuisson et laissez réduire, coupez fin l'échalotte et tournez dans un peu de beurre, sans brunir. Ajoutez également le jambon et les champignons coupés très fins, laissez mijoter quelques instants et ajoutez le jus de rôti lié (cube) — laissez cuire le temps que cette farce devienne assez sèche. Enduisez le gigot de cette farce. Enveloppez le gigot dans la pâte brisée, souder en enduire la pâte avec du jaune d'œuf et cuire dans un four moyen 45 minutes.

**BBC**  
BROWN BOVERI

la marque de  
réputation mondiale

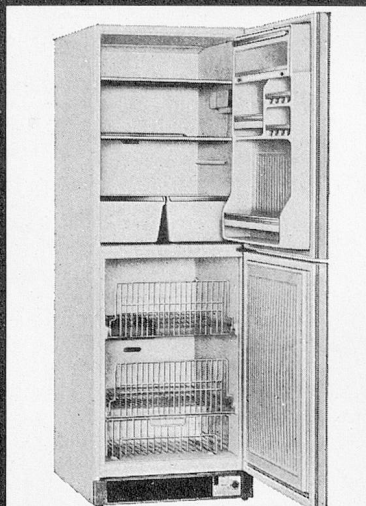
## une gamme prestigieuse d'appareils électro- ménagers

Réfrigérateurs  
Surgélateurs  
Cuisinières  
Hottes aspirantes  
Rôtissoires  
Matériel à encastrer  
Lave-vaisselle  
Machines à laver  
Essoreuses  
Séchoirs  
Machines à repasser  
Appareils de chauffage  
Petits électro-ménagers

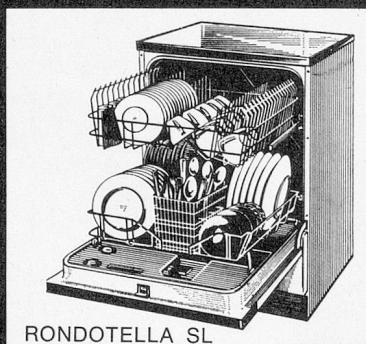
Choisir BBC  
c'est mieux qu'un choix,  
c'est une certitude.

Demandez encore aujourd'hui  
tous renseignements à :  
**s.a. BROWN BOVERI n.v.**  
Dépt. Electro-Ménager

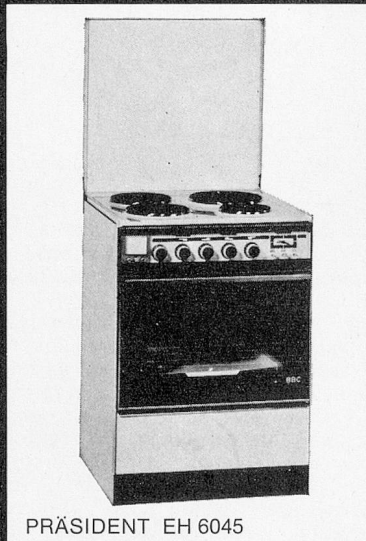
RUE DE STALLE 96 - 1180 BRUXELLES - TEL. (02) 77 30 00



FRIGO COMBINE KG 3830

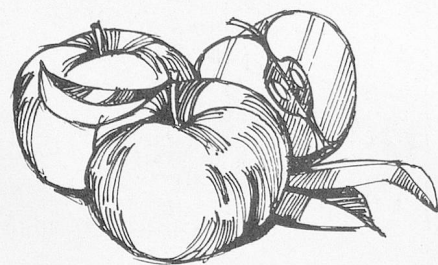


RONDOTELLA SL



PRÄSIDENT EH 6045

### REINETTES BERNOISES AEPFEL NACH BERNER ART



8 tranches de pain toast passé dans le  
beurre.

4 pommes reinettes coupées en  
lamelles.

50 g de beurre.

20 g de corinthes trempées.

1 verre de vin blanc.

1 noix de beurre.

1 décilitre de crème fraîche.

2 décilitres de sauce d'abricots.

Etuvez dans le beurre et le vin les  
pommes, les corinthes et le sucre, en-  
duire les toasts et nappez avec la  
crème légèrement fouettée.

**Pour les amateurs :** flambez les toasts  
avec du Salamander ou du Grand  
Marnier.

## Le courrier du lecteur

Nous recevons constamment des mes-  
sages d'encouragement mais ne voyons  
pas la possibilité de les publier dans  
nos colonnes. Merci à tous les lec-  
teurs, à qui nous ne pouvons malheu-  
reusement pas répondre personnelle-  
ment.

N'oublions pas que cette rubrique est  
aussi ouverte à toutes les critiques ou  
suggestions, car ce journal est bien le  
vôtre. A bon entendeur... salut !

Nous ne voudrions toutefois pas omet-  
tre cette lettre, reçue par l'éditeur :

« Mon Cher Concitoyen,

» Ci-joint à faire une petite correction  
qui m'a valu 3 eng... plus 3 communi-  
cations. J'ai aussi avisé l'Ambassade  
qui doit vous le faire savoir.

» Avec toute ma considération et mes  
bons vœux ».

R.

Il s'agissait bien entendu du n° de tél.  
de notre ambassade encore une fois  
malmené par le linotypiste. Nous nous  
en excusons sincèrement auprès de ce  
lecteur-humoriste et de tous ceux qui  
auraient eu des ennuis similaires. Le  
numéro correct est bien entendu le  
(02) 12 78 43 à Bruxelles.

J.P.