

**Zeitschrift:** Le nouveau conteur vaudois et romand  
**Band:** 77 (1950)  
**Heft:** 5

**Artikel:** Les conseils de "Perrette" : soufflé au fromage "zika"  
**Autor:** Perrette  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-227260>

#### **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:** 07.02.2026

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



## Les conseils de "PERRETTE"

### Soufflé au fromage « Zika »

Ce mets a obtenu le 1er prix lors de l'Exposition internationale culinaire «Zika» à Zurich en 1930.

Bien mélanger 100 gr. de Sbrinz râpé avec 2 dl. de crème aigre et épaisse, ajouter 3 jaunes d'œufs battus au préalable et remuer avec soin. (Aucun blanc d'œuf ne doit entrer dans la préparation, car il rend le soufflé au fromage difficilement digestible, et ce plat s'affaisse volontiers). Assaisonner d'une pincée de sel, de thym et de curry, ou aussi de poivre de Cayenne. Mettre le mélange dans un moule beurré de dimension moyenne et cuire pendant 25 minutes environ au four pas trop chaud. Servir chaud.

## A nos correspondants

Pour faciliter l'acheminement de la correspondance concernant LA REDACTION, nos correspondants et amis sont priés d'envoyer à l'avenir tout ce qui la concerne à l'adresse suivante.

R. MOLLES,  
Marterey 9  
LAUSANNE

Nous profitons de cette occasion pour leur présenter nos compliments et pour leur rappeler que les délais mensuels pour l'envoi des articles à paraître sont fixés au 25 de chaque mois.

LA REDACTION.

### SOUTENEZ DE VOS ACHATS

les annonceurs  
du « Nouveau Conteure Vaudois ».

### A nos abonnés et lecteurs

**Vous savez tous que la publicité contribue à la vie du journal.**

**Pour que le « Nouveau Conteure » soit toujours digne de son long passé, « FAVORISEZ NOS ANNONCEURS » et surtout dites-leur bien que vous avez vu leur annonce dans le « Conteure ».**

## Pour 1950...!

« PERRETTE » vous recommande ses 12 succursales pour l'achat de tous vos produits laitiers :

Cité-Derrière 4

Marterey 70

Av. de la Harpe 21

Rue Enning 8

Mousquines 1

Juste-Olivier 12

Bd de Grancy 8

Ouchy

Grotte 3

Cheneau-de-Bourg 4

Grand-Saint-Jean 3

Saint-Martin 35

**Centrale laitière de Lausanne**  
**Laiterie Agricole**