

Zeitschrift: Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse
Herausgeber: Aînés
Band: 20 (1990)
Heft: 3

Rubrik: Traditions : la viande séchée, version valaisanne

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: 14.01.2026

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

L'histoire de

TRADITIONS

Cette spécialité valaisanne, il faut le dire, a conquis notre époque. Venue du fond des âges, on la rencontre aussi bien dans les domaines du sport, de la diététique que de la gastronomie. Elle est servie coupée en fines tranches.

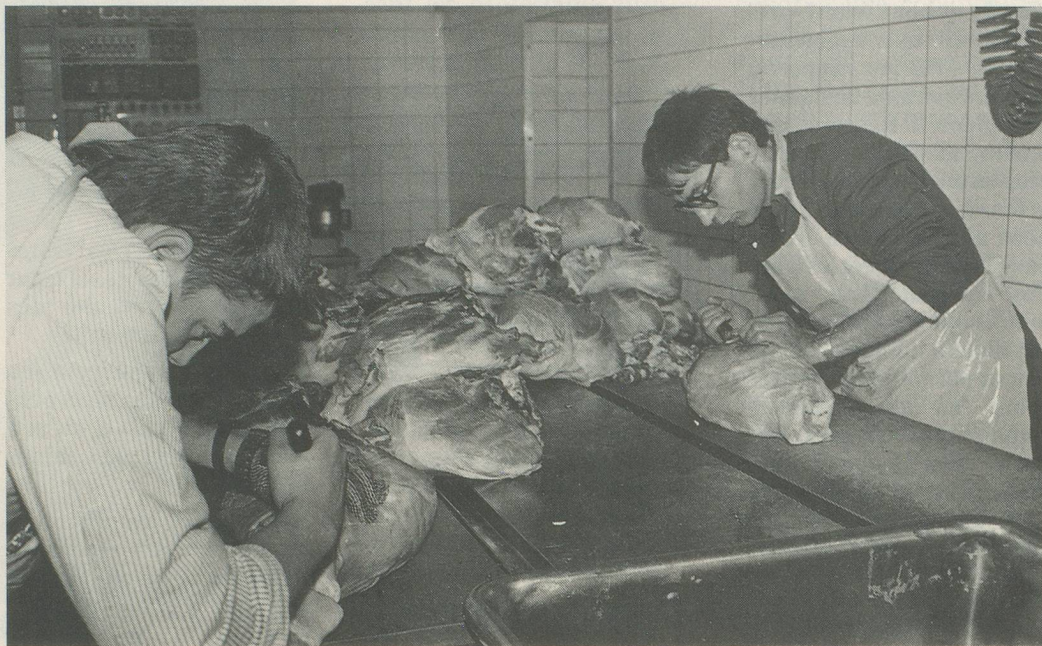
De la ferme de grand-papa

C'est dans la ferme de son grand-père que Michel Ebener prépare la viande séchée depuis plusieurs années. Loin des grandes méthodes industrielles, il conserve le secret de la préparation de ses viandes: viande séchée, jambon sec et lard sec. Comment se prépare cette viande? «C'est une méthode de salaison dont la matière première était autrefois constituée par la

Au cours de ces derniers siècles, la viande séchée représentait l'une des rares possibilités de faire des provisions. Raison pour laquelle elle était souvent au menu des familles montagnardes. Aliment haute-

ment énergétique, la viande séchée du Valais est aussi très pauvre en calories: elle ne contient pas de graisses et très peu d'hydrates de carbone. En revanche, elle possède de sérieux oligo-éléments, pro-

téines et vitamines. A la demande d'une lectrice, nous nous sommes rendus à la source, chez Michel Ebener à Bramois, où la viande séchée se prépare selon la plus pure tradition artisanale.



Le désossage est un travail de haute précision. C'est de lui que dépend la présentation finale de la viande.

viande de mulot, mais qui est remplacée aujourd'hui par celle de bœuf.» Existe-t-il une différence dans la préparation de la viande du Valais et celles des Grisons? «Certainement! La viande des Grisons est tout d'abord marinée, tandis que la nôtre est simple-

ment séchée. La réussite de l'opération délicate du séchage, fondamentale pour la qualité du produit fini, est conditionnée par la pureté de l'air ambiant. Le recours aux techniques frigorifiques et au contrôle de l'hygrométrie a permis depuis une vingtaine d'années de mettre sur le marché une viande d'excellente qualité. La préparation de la viande séchée du Valais comporte quatre stades principaux successifs: salaison, embossage, étuvage et séchage-pressage.»

Propreté et habileté

L'hygiène est très importante dans un laboratoire alimentaire, raison pour laquelle Michel Ebener nous prie de revêtir une blouse blanche pour pénétrer dans les locaux. D'abord, le désossage. Les cuisses de bœuf sont désossées, avec une habileté extraordinaire, le travail est rapide. La longe, le coin, la tranche ronde sont dégraissés et épluchés. Ces pièces sont d'abord frottées avec du sel sec et des épices et massées pour que

Du NOUVEAU sous gare

ALPHA
MENAGER

Rond-Point 18 1006 Lausanne
téléphone: (021) 26 58 64

Des spécialistes à votre service

Hôtel ** - Pension FLORISSANT
1837 Château-d'Œx

- Chambres confortables - Cuisine soignée
- Situation très calme (sur demande régime)
Pension complète ou demi-pension

Tél. 029/4 60 60

Famille Amstutz

La viande séchée, version valaisanne



Ces morceaux de viande fraîche deviendront des plaques de viande séchée.

le sel et les arômes naturels les pénètrent en profondeur. Elles sont disposées dans des bacs et maintenues à + 8 et + 10 degrés pendant 12 jours. Comment se déroule l'étape suivante, donc l'étuvage? «L'étuvage comporte plusieurs phases pendant six jours. L'ambiance initiale est à + 30 degrés avec 95% d'humidité. Elle est progressivement ramenée à + 14 degrés et, tout à la fin, l'hygrométrie n'excède plus que 80%. Dans la salle réservée à cette opération, les pièces sont enveloppées de filets et suspendues individuellement à des réglettes disposées sur des chariots amovibles.»

Combien de temps dure cette opération? «Le séchage dure environ deux mois et s'accompagne de plusieurs pressages pour la mise en forme. Ces soixante jours correspondent à l'obtention d'une viande rosée, onctueuse et tendre.»

En effet, quatre chambres climatisées sont bien garnies avec de la viande séchée, des jambons et du lard. Celles-ci sont climatisées et ventilées, la température de l'air y est maintenue à + 14 degrés et son humidité relative se situe entre 85 et 90%. En principe, il est interdit d'y pénétrer, mais pour les lecteurs d'«Aînés», le voile s'est entrouvert...



Au séchoir, la viande reste suspendue 60 jours.

La finition

Pendant tout ce passage en séchoir, la viande perd finalement entre 42 et 45% de son poids, ce qui explique à la fois le prix de revient élevé du produit fini et sa très grande richesse en substances nutritives. Nul n'ignore que la viande contient de l'eau qui compose la majeure partie du corps des animaux. Un bœuf contient 71% d'eau, un porc 65%. Aujourd'hui, la présentation du produit fini prend une très grande importance sur le marché. Raison pour laquelle Michel Ebener offre aux pièces de viande séchée une présentation idéale, en leur donnant progressivement la forme avec des angles droits, ce qui permettra de réaliser des tranches égales dans toute la masse en évitant au maximum les déchets de coupe. Le produit ainsi élaboré est définitivement stabilisé par un emballage sous vide à l'aide d'une pellicule translucide. Sur place, le stockage s'effectue dans une chambre réfrigérée: la viande séchée du Valais est prête à partir chez le consommateur. Michel Ebener connaît bien son métier. Il a décroché cinq médailles d'or à la Bufa à



Michel Ebener donne la forme à l'une de ses plaques.

Zurich et deux médailles d'or à Utrecht, en Hollande. Inutile de préciser que la participation à de telles compétitions exige une connaissance parfaite du produit et une exécution irréprochable des matières présentées. De tels résultats mettent non seulement en valeur le spécialiste, que l'on peut encore appeler aujourd'hui artisan, mais la réputation du Valais tout entier.

R. H.