

Zeitschrift:	Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse
Herausgeber:	Aînés
Band:	23 (1993)
Heft:	11
Rubrik:	Cuisine de saison : aînés, restez jeunes : "Appenzellerisez"-vous! (avec une cure d'Appenzell)

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: 21.02.2026

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

AÎNÉS, RESTEZ JEUNES: «APPENZELLERISEZ»-VOUS! (AVEC UNE CURE D'APPENZELL)

Les fromages suisses sont d'une si belle diversité qu'il est possible de composer tout un repas - du hors-d'œuvre au dessert - avec nos spécialités. Rien qu'avec l'appenzeller, on peut collectionner beignets, bouchées, boulettes, galettes et chäschäppes.

L'appenzell ou bloderkase est un fromage de haut choix, au lait de vache, à 45% de matières grasses, à pâte pressée, cuite et dure, croûte brossée. Il s'affine trois mois en cave fraîche. Ses meilleures saisons: été, automne, hiver: il se fait alors avec des laits d'alpage pendant la transhumance et la fin de la maturation. Alors, appenzellerisez-vous!

Appenzeller chäschäppes

Emincez 150 g d'appenzeller maigre et faites fondre lentement avec une tasse de lait dans une casserole et remuez. Laissez refroidir après la fonte.

Pétrissez dans une terrine 4 cuillerées à soupe de farine, 1 pincée de levure, 4 œufs battus avec 2 décis de bière blonde. Ajoutez au lait et fromage fondu et triturez. Plongez en grande friture à travers une poche à douille pour en faire une saucisse dorée. Egouttez, épongez, servez chaud sur un papier absorbant ou, mieux, une assiette.

L'appenzeller chäschäppes aime être accompagné d'une salade.

Beignets au fromage à l'appenzelloise

Dans le monde divers des beignets, celui à l'appenzeller est un des plus savoureux. Emincez 150 g d'appenzell et faites une pâte à beignets à la bière épaisse, avec 2 g de levure chimique.

Faites fondre dans une casserole le fro-

mage dans le lait et versez, assaisonnez, en terrine.

Mélangez au fouet pâte et fromage fondu et laissez reposer 2 heures.

Chauffez la friture en bassine et laissez tomber la pâte à beignets à travers une poche à douille en formant des spirales. Les beignets attendent d'être dorés pour remonter à la surface. Il ne reste qu'à les cueillir à l'écumoire pour les servir égouttés et tout chauds sur la blancheur d'une serviette.

Bouchées au fromage appenzelloises

Écroutez et émincez 150 g d'appenzell. Déposez-le dans une casserole avec 20 cl de lait chaud et faites fondre en remuant à feu doux et laissez tiédir.

Pendant ce temps, déposez 250 g de farine en fontaine dans une terrine, avec 4 œufs et mouillez avec 5 cl de bière. Pétrissez le tout et incorporez-le au fromage fondu en remuant.

Quand le contenu de la casserole et de la terrine est bien homogène, vous avez une pâte légèrement plus épaisse qu'une pâte à crêpes. Emplissez une poche à douille et laissez-la couler en spirale dans la friture.

Une fois la pâte dorée, elle surnage. Disposez à l'écumoire sur une serviette pliée sur un plat pour absorber la graisse de friture.

Servez l'or des bouchées avec une salade.

Boulettes de fromage appenzelloises

La cuisine au fromage suisse est assez riche pour différencier les bouchées des boulettes d'appenzell.

Séparez les jaunes des blancs de 3 œufs, même si vous n'êtes pas raciste.

Conservez 3 jaunes pour un autre usage. Battez en terrine les blancs en neige.

Incorporez avec précaution 200 g de fromage râpé et donnez-leur l'intelligence du sel et du poivre.

Battez un quatrième œuf entier.

Étalez 50 g de chapelure.

Façonnez des boulettes avec le blanc

Cuisine
de saison

Paul Vincent

d'œuf mélangé à l'appenzell. Roulez-les dans l'œuf battu, puis dans la chapelure et plongez 5 minutes en grande friture: avec la fierté d'avoir fait des boulettes.

Galette appenzelloise

Étalez 300 g de pâte brisée sur une planche farinée et laminez-la au rouleau à 3 mm d'épaisseur.

Foncez la tournée beurrée. Hachez 50 g d'oignons. Cassez 2 œufs en terrine et battez-les. Ajoutez 40 g de farine en pluie, mélangez bien, délayez à l'eau tiède, battez en incorporant 7 cl de crème et le fromage.

Quand la garniture est homogène, versez en tournée. Enfournez à 220°, 35 minutes et mangez votre galette. Mais l'appenzell n'est qu'un fromage parmi bien d'autres à présenter sur un plateau.

Vous avez la possibilité de proposer aussi des croûtes à la façon de Neuchâtel. Elles ont une autre personnalité que les croûtes à la manière de Bâle - il y a même deux recettes différentes pour les croûtes bâloises. Les croûtes valaisannes, elles aussi, ont leur différence comme les croûtes vaudoises et les croûtes de Vinzel - elles aussi de Vaud. Le flan de pommes de terre au gruyère râpé, le gâteau tessinois, le gratin de pommes de terre vaudois, la grotte tessinoise, le minestrone tessinois au sbrinz, les châtoschti au sbrinz, le ramequin vaudois ont chacun leur saveur. Si vous avez la patience d'attendre quelques semaines, vous vous retrouverez entre la poire et le fromage.