

Zeitschrift: Générations : aînés
Herausgeber: Société coopérative générations
Band: 27 (1997)
Heft: 4

Rubrik: Cuisine : au rendez-vous des gourmets!

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: 15.01.2026

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

Au rendez-vous des gourmets!

Que l'on aille au Gourmet, le grand restaurant très coté, ou à la Brasserie qui le jouxte, la finesse et l'originalité de la cuisine des frères Vallotton de Martigny mérite vraiment le détour.

Sur la route du Grand Saint Bernard, pas très loin de la Fondation Gianadda, à Martigny, se trouve une étape gastronomique à ne rater sous aucun prétexte. L'hôtel du Forum est un bâtiment un peu quel-

conque, mais la brasserie qui pratique des prix tout à fait abordables et le Gourmet, le restaurant des jours de fête, sont deux adresses exceptionnelles.

L'entreprise qui compte pas moins de trente employés est vraiment familiale. L'établissement existe depuis trente-trois ans et appartenait à Monsieur Vallotton père. Ses deux fils, André et Olivier, ont grandi dans les cuisines. «Nous n'avons jamais imaginé faire autre chose», raconte André. C'était évident pour nous de devenir cuisiniers plutôt que mécaniciens!». L'un et l'autre font des stages, en France et en Suisse et se passionnent pour la nouvelle cui-

sine. Il y a douze ans, les deux frères inséparables reprennent la maison. Et dans les cuisines, ce sont désormais leurs enfants qui s'amusent...

Chez les Vallotton, on sent un vrai amour du travail bien fait, du bon produit et de la belle présentation. Leur grand restaurant, le Gourmet, qui présente une cuisine haut de gamme (les menus vont de fr. 70.- à 148.-) s'est toujours taillé un beau succès. Ambiance feutrée, carte originale qui suit les saisons – au printemps, les frères Vallotton célèbrent le retour des asperges et des morilles –, c'est l'endroit rêvé pour un anniversaire. Mais pour ne pas se couper d'une clientèle locale, les

Médaillons de filet mignon de veau aux olives noires

(Pour quatre personnes)

Ingédients:

600 g. de filet mignon de veau en tranche, 4 artichauts, 1 petite carotte, 1 citron, 1 oignon, 1 petite courgette, 4 tomates, 200 g de nouilles vertes larges, 1½ dl de fond de sauce, 1 dl de jus d'orange frais, huile d'olive, 2 dl de vin blanc, basilic, thym, romarin, ail, olives noires douces,

Préparation:

Artichauts (les préparer 24 heures à l'avance, ils sont meilleurs): enlever les feuilles et le foin intérieur. Tremper dans de l'eau citronnée pour qu'ils restent blancs. Faire revenir ½ oignon émincé, une petite carotte dans de l'huile d'olive. Ajouter 2 dl de vin blanc, 3 dl d'eau. Laisser frémir pendant 20 minutes. Ajouter des feuilles entières de basilic et 1 dl de jus d'oranges frais, assaisonner et poser des fonds d'artichauts dedans durant 30 minutes à feu doux.

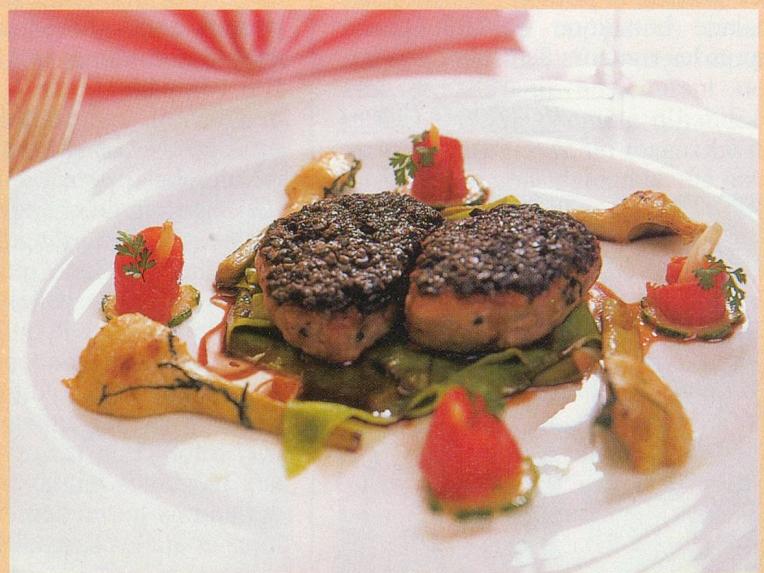
Passer les courgettes en tranches dans l'eau salée bouillante durant trois minutes puis les passer au beurre. Faire cuire les pâtes vertes.

Viande: recouvrir de très peu de farine, saler, faire revenir à la poêle recto-verso 3 à 4 minutes. Hacher les olives noires douces (elles ne doivent pas être amères), les saler et poivrer, en recouvrir la viande cuite et passer quelques secondes au four chauffé en haut pour tempérer les olives.

Sauce: prendre un fonds brun clair, ajouter du thym, de l'ail, du romarin, faire réduire, puis pas-

ser, monter ensuite au beurre jusqu'à une consistance veloutée, napper au dernier moment l'assiette.

Décoration (facultatif): épépiner et émonder les tomates. Déposez-les dans un plat à gratin couvertes de gousses d'ail, d'huile d'olive et assaisonnées pour moitié de sucre et de sel. Ajouter du thym et glisser au four à 50-60° durant une heure. Bon appétit!



Un plat aux parfums de Provence

Photo Yves Debraine

Une loi pour notre assiette

Vallotton ont ouvert une partie café. Des nappes en tissu, un petit pot de beurre accompagnant le pain, des fleurs fraîches, aucun détail n'est oublié ici pour donner au client une impression de luxe et de raffinement. Et les clients de la brasserie qui se pressent à midi savent bien qu'ils bénéficient de la bonne cuisine du grand restaurant. Le plat du jour s'élève à Fr. 17.- et pour Fr. 33.-, on peut consommer un menu avec une entrée, un plat et un dessert. Le jour de notre visite, l'entrée consistait en une salade agrémentée de croûtons à la banane et au roquefort tout à fait savoureuse et vraiment peu banale. Le filet de porc farci aux pruneaux qui composait le plat du jour était juteux et bien assorti d'une purée de pommes de terre légère et de petits légumes. Pour terminer, la crème brûlée à la cassonade, infusée aux gousses de vanille de Madagascar, était fort bien présentée et tout à fait à la hauteur de son titre évocateur. En sus, des petits fours délicats étaient servis avec le café. A la carte de la brasserie, une soupe de poissons, des côtes d'agneau grillées ou du filet d'omble au beurre blanc au champagne donnent le ton: ici les plats traditionnels et les nouveautés se côtoient avec goût.

Bernadette Pidoux

★★★

**Brasserie du Forum
et restaurant le Gourmet**

**Av. du Grand-Saint-Bernard 74
1920 Martigny**

Tél: 027/ 722 18 41

Brasserie fermée le dimanche
et lundi, restaurant fermé
dimanche soir et lundi.

★★★

La nouvelle ordonnance sur les denrées alimentaires (ODAI) réglemente notre quotidien alimentaire. On y parle de kangourou et de grenouille. De quoi s'agit-il?

Le souci de Maman Helvétie de protéger l'assiette de ses enfants ne date pas d'aujourd'hui. En effet, la Suisse fut, avec les Etats-Unis un des premiers pays, il y a plus de cent ans, à légiférer en matière de denrées alimentaires. Qu'il s'agisse du commerce ou des produits eux-mêmes. A l'origine, il fallait surtout protéger le consommateur contre les falsifications très nombreuses au XIX^e siècle et... avant. L'hygiène était douteuse, les aliments mal conservés et souvent de mauvaise qualité. Le mythe de la bonne nourriture d'autrefois pour tous a pourtant la vie dure, les historiens le savent.

Au gré des années, la législation s'est améliorée, a été révisée à maintes reprises, et des modifications sont encore possibles.

Précédemment, le texte traitait des denrées alimentaires et des objets usuels. Sous ce titre, on légiférait sur le tabac et les cigarettes, sur la sécurité des jouets, sur les matériaux d'emballage alimentaires. Ces rubriques font maintenant partie d'autres textes de loi. L'ODAI traite exclusivement des denrées alimentaires.

Les technologies alimentaires ont énormément évolué et continuent de le faire. Pensez aux aliments génétiquement modifiées dont on parle maintenant (et sur lesquels nous reviendrons vu les oppositions qu'ils suscitent). Parmi les changements apparus petit à petit, citons la surgestion, les méthodes de conservation telle que l'irradiation. Il y a les produits light, biologiques, diététiques. les aliments pour maigrir à ne pas confondre avec les produits light.

Tous ces termes méritaient d'être clairement définis. A cela s'ajoute des questions d'hygiène, de responsabilité des fabricants et distributeurs, d'affirmations publicitaires.

De A à Y

L'index de A (aceto balsamico) à Y (Yogourt) comporte plus de 630 entrées. Chaque catégorie, chaque aliment est défini (la base étant le Manuel suisse des denrées alimentaires). Pour le législateur qu'est-ce que c'est qu'un praliné, du fromage gras, du brandy, du guarana? Les aliments pour bébé ou pour diabétiques sont-ils des produits diététiques et comme tels soumis à des contraintes spéciales? La réponse est oui!

Certains articles sont franchement pittoresques. Tels ceux concernant les colorants pour les œufs durs. Ou celui sur la composition du pastis (l'absinthe est toujours prohibée, art. 433).

Vous saurez aussi quelles viandes vous êtes autorisé à déguster, autrement dit à quelles familles zoologiques elles doivent appartenir! Vous pouvez manger des bovidés (vache), des cervidés (cerfs), des camélidés (lamas), des suidés (porcs), des équidés (cheval). Bien sûr de la volaille, des lapins, du gibier sauvage ou d'élevage, mais pas de carnivores (sauf de l'ours, c'est ce qu'ils font à Berne), pas de primates (singes), pas de rongeurs (sauf la marmotte)!

Vous pouvez aussi manger des grenouilles, des crocodiles d'élevage, des poissons, mais pas de poissons de lune ou ballons, (immédiatement mortels) et des fruits de mer (crustacés, mollusques). Le kangourou et l'autruche ne sont pas mentionnés comme tels mais entrent dans la catégorie gibier.

Désormais lorsque vous lirez ODAI, vous saurez de quoi il s'agit.

Janine Chassot/FRC

On peut obtenir l'ODAI à l'Office central des Imprimés, 300 Berne, tél. 031/ 322 39 51. Coût Fr. 17.50.