

Zeitschrift: Générations : aînés
Herausgeber: Société coopérative générations
Band: 38 (2008)
Heft: 4

Rubrik: Gastronomie

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: 30.01.2026

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

PAR CHRISTOPHE JAQUIER



Filets de canard à la raisinée



J.-R.P.

Recette pour 4 personnes

Temps de préparation: 45 min.

Dans cette recette originale, le miel est remplacé par la raisinée, chère aux paysannes vaudoises. Par son côté affirmé, la raisinée donne plus de caractère à cette recette très goûteuse.

Ingédients: 2 à 3 beaux filets de canard, 2 dl de raisinée, 1 pomme, 1 dl de vin blanc, 1/2 dl de calvados, 200 g de pois mangétout, 1 tasse de riz blanc, 1 bouillon de légume, 1 noix de beurre, 1 échalote, 1 cs d'huile de pépin de raisin, 1 cs d'huile d'olive, ciboulette, sel et poivre.

Préparation: enlever la graisse des filets. Inciser le côté peau. Assaisonner. Déposer les filets dans une poêle avec l'huile de pépin de raisin, côté peau en premier. Les colorer des deux côtés, puis les

réserver. Les glisser ensuite dans un plat au four chauffé à 220 degrés entre 5 et 10 minutes. Ils doivent rester rosés à l'intérieur.

Hacher une échalote. La faire revenir dans 1 cs d'huile d'olive. Verser le riz et faire suer le tout. Déglacer avec le vin blanc, puis mouiller avec le bouillon (2 tasses). Laisser cuire, rectifier l'assaisonnement. Ajouter une noix de beurre et une pincée de ciboulette. Cuire les pois mangétout dans un bouillon durant 10 minutes. Assaisonner.

Découper la pomme en dés et la faire revenir dans du beurre. Dresser.

Faire chauffer la raisinée au bain-marie jusqu'à ce qu'elle devienne liquide. En verser un soupçon sur le canard et servir le reste dans une saucière.

Astuces: réservez les filets de canard dans une feuille d'aluminium afin qu'ils conservent tous leurs suc. On peut faire sa raisinée soi-même ou l'acheter dans des magasins proposant des produits du terroir.

Coût: Fr. 41.50

Vin: pinot noir d'Yvorne (Fr. 14.50)

Raisinée ou vin cuit

Contrairement à ce qu'on pourrait croire, la raisinée, appelée aussi vin cuit ou cougnarde n'est pas obtenue à base de raisin. Il s'agit d'une très longue réduction de jus de pomme ou de poire, parfois de prunes ou de cerises, cuit à feu doux pendant plusieurs heures.

En pressant 100 kg de fruit, on obtient environ 70 kg de jus. Après réduction, il reste environ 7 kg de vin cuit. La fabrication traditionnelle rassemble les habitants d'une communauté, qui se relaient pour brasser le jus de fruit dans un grand chaudron de cuivre. Pour obtenir cette mélasse très aromatique, il faut compter de 20 à 40 heures de cuisson. A l'origine, ce concentré de sirop permettait de conserver les fruits très longtemps, mais également de remplacer le sucre, denrée rare et très onéreuse. Cette concentration riche en vitamines était aussi utilisée comme fortifiant.

Pour éviter que le jus n'attache et donne à l'ensemble un goût de brûlé, on mettait deux pièces de cinq francs au fond du chaudron. Leur tintement signifiait que la masse restait liquide.

Alors que la raisinée est une recette typiquement vaudoise, les Neuchâtelois connaissent la cougnarde obtenue par une réduction de jus de cerise agrémentée d'épices. Quant aux Fribourgeois, ils sont fiers de leur moutarde de bénichon, qu'ils étalent sur des tranches de cuchaule.

La raisinée est revenue à la mode il y a une vingtaine d'années. On l'utilise généralement pour en faire de succulentes tartes. Fredy Girardet l'avait même anoblie, la proposant sur sa carte des desserts.

J.-R. P.