

Zeitschrift: Générations
Herausgeber: Générations, société coopérative, sans but lucratif
Band: - (2016)
Heft: 84

Artikel: Le temps des potées
Autor: Zbinden, Véronique
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-830718>

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: 19.02.2026

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

Le temps des potées

Le pot et le feu. Le solide et le liquide. Le «miam» et le «glouglou». En novembre, on brûle déjà de nourritures roboratives, chaudes et douces à l'âme et au corps...

Certains historiens font remonter l'invention de la potée au XVIII^e siècle, sous

prétexte que Versailles ne connaît pas la poule au pot? Et Gar-gamelle? Que nenni, la carotte... Mais alors, Henri IV le pot-au-feu et la

POTÉE DE LENTILLES GENEVOISES

INGRÉDIENTS

- 250 g de lentilles vertes genevoises
- 2 saucissons
- 2 échalotes
- 2 gousses d'ail
- 1 poireau
- 1 carotte
- 1 céleri branche
- 2 dl de vin blanc
- 2 dl d'eau
- 1 oignon piqué de girofle
- Huile, sel, poivre, moutarde

PRÉPARATION

Emincer l'échalote, l'ail et les légumes et faire revenir dans un peu d'huile. Ajouter les lentilles, mélanger. Mouiller avec le vin et autant d'eau et porter à ébullition; baisser le feu, ajouter le saucisson, le laurier et l'oignon piqué de girofle. Laisser mijoter doucement à couvert 30 à 40 minutes (selon la pièce de viande). Ajouter, pour finir, une tombe de moutarde, rectifier l'assaisonnement.

POTÉE VÉGÉTALE DE POTIMARRON

INGRÉDIENTS

- 2 gousses d'ail
- 1 oignon
- 1 racine de gingembre pelé
- 1 carotte
- 2 pommes de terre
- 1 potimarron
- 200 g champignons (de Paris ou de cèpes)
- Curry de Madras
- 1 bâton de cannelle
- Un bouillon de légumes
- Herbes fraîches: persil plat, coriandre

PRÉPARATION

Faire revenir l'oignon, l'ail, le gingembre dans une grande cocotte avec un peu d'huile, saupoudrer de curry et chauffer quelques minutes pour qu'il libère son parfum. Ajouter la carotte et la pomme de terre en dés, puis le potimarron coupé en gros cubes. Bien mélanger, ajouter le bouillon de légumes et le bâton de cannelle. Porter à ébullition, puis baisser le feu et laisser mijoter à couvert. Vers la fin de la cuisson, ajouter les champignons coupés en quatre et finir de cuire une dizaine de minutes. Réduire si nécessaire et rectifier l'assaisonnement, saupoudrer d'herbes fraîches: persil plat ou coriandre.



potée, le bouilli et la fricassée sont de toujours et de partout. On les nomme, ici, braisi, tsarfion, papet ou jacquerie, bovine ou forese. Daube, civet, blanquette, coq au vin...

UNIVERSELLE

Ailleurs, on parle de bollito, cocido,

tajine, bouillabaisse, garbure ou goulasch. Partout, une méthode universelle: récipient unique, ingrédients multiples, cuisson prolongée pour exalter et entremêler les arômes. Amis du cassoulet et du petit salé, ces lignes sont pour vous...

VÉRONIQUE ZBINDEN

POULE AU PINOT

INGRÉDIENTS

- 1 pouarde douce découpée en une dizaine de morceaux
- 200 g de lardons
- 200 g de champignons de Paris
- 12 oignons grelots
- 2 dl de cognac
- 1 bouteille de bon pinot noir
- 1 bouquet garni
- Beurre, huile, sel, poivre

PRÉPARATION

Faire revenir les petits oignons et les lardons dans un peu d'huile et de beurre, réserver. Bien dorer les morceaux de volaille dans la même cocotte de tous les côtés, avant de les flamber au cognac. Ajouter le vin, le bouquet garni, saler et poivrer et laisser mijoter 1 heure 30 à 2 heures à feu doux. Ajouter les petits champignons dans la cocotte en fin de cuisson, puis les lardons et les oignons. Retirer le bouquet garni et laisser encore mijoter une vingtaine de minutes.

GOULACHE FASTOCHE

INGRÉDIENTS

- 600-800 g de bœuf (paleron, macreuse), en cubes de 4-5 cm de côté
- 200 g d'oignons
- Saindoux
- 2 cs de paprika
- 1 cc de cumin
- 3 dl de vin rouge corsé
- 2 poivrons verts
- 5 tomates
- 250 g de pommes de terre
- Bouillon

PRÉPARATION

Emincer finement les oignons et les faire fondre dans le saindoux. Ajouter les cubes de viande. Saupoudrer de paprika, de cumin et saler. Arroser avec le vin et laisser mijoter doucement une vingtaine de minutes. Pendant ce temps, monder les tomates à l'eau bouillante et les couper grossièrement. Peler les pommes de terre et les couper en dés. Epépiner et débiter de même les poivrons. Ajouter tous ces légumes coupés dans la cocotte, mouiller à l'eau chaude et dissoudre le bouillon. Bien mélanger et poursuivre doucement la cuisson le temps nécessaire. Rehausser de paprika ou de piment comme on aime...