

**Zeitschrift:** Suisse magazine = Swiss magazine  
**Herausgeber:** Suisse magazine  
**Band:** - (2007)  
**Heft:** 209-210

**Artikel:** Le temps de la fondue est revenu!  
**Autor:** Goumaz, Michel  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-849560>

### **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:** 23.01.2026

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



# Le temps de la fondue est revenu !

Tous les conseils pour réussir une bonne fondue de chez nous. À vos caquelons...



**I**l existe plus d'une façon de faire la fondue selon les cantons et les habitudes, la meilleure à notre avis, forcément subjectif, étant la moitié-moitié qui est aussi la plus facile à réussir.

En voici la recette : Prévoir pour quatre personnes 400 grammes de véritable gruyère AOC (souvent appelé fribourg en France) et 400 grammes de vacherin de Fribourg que l'on commence à trouver chez plusieurs fromagers. (Attention il ne faut pas le confondre avec le vacherin Mont d'Or qui vient du Jura suisse et français). Verser 4 petits verres de 1 décilitre de vin blanc sec – le chasselas suisse est parfait – dans un caquelon préalablement frotté à l'ail – personnellement nous y ajoutons 2 à 3 gousses d'ail finement hachées au couteau, quatre cuillères à café de maïzena diluées dans un peu de vin ou de kirsch selon les goûts. Râper le gruyère, couper le vacherin en tout petits cubes et mettre cet appareil sur un feu vif à moyen que l'on diminuera en cours de cuisson pour éviter que le fromage ne brûle et tourner sans cesse en huit. Quand de mini bulles apparaissent à la surface, la fondue est prête. Y ajouter un peu de poivre, une mini pincée de muscade et de bicarbonate de soude qui rendra la fondue plus légère et facile à digérer. Prévoir par personne environ une demi-baguette de pain coupée en petits cubes.

Pour la petite histoire, nous avons donné cette recette au fromager qui vient deux fois par semaine au marché de la Ferté-Alais. Il l'a polycopiée et donnée à ses clients en leur of-

frant une dégustation. Ce fut un tabac et depuis il est devenu un véritable ambassadeur des fromages suisses.

La fondue tout fromage a ses adeptes, certains vous diront qu'il ne faut que du gruyère, d'autre y ajouteront un peu d'apenzell, d'emmental, de tilsit ou de bagnes. Elle se prépare comme la précédente mais en chauffant légèrement plus.

La fondue fribourgeoise ne se fait qu'avec du vacherin. Pour quatre personnes, prévoir 800 grammes de vacherin, si possible provenant de différentes meules, 2 à 3 gousses d'ail finement hachées et 3 à 4 décilitres d'eau. Faire chauffer à feu très doux jusqu'à l'obtention d'une masse onctueuse et crémeuse. Elle ne doit jamais cuire et la température ne doit pas dépasser les 50°. Une fois prête, la fondue ne doit être mise que sur un réchaud à bougies et se mange soit avec du pain ou des pommes de terre.

En été, la fondue valaisanne aux tomates est un vrai régal. Pour quatre personnes, peler environ 300 gr de tomates et les concasser. Dans le caquelon, faire fondre 30 grammes de beurre, y ajouter les tomates en ajoutant un oignon et une ou deux gousses d'ail finement hachés, éventuellement quelques herbes que l'on aime. Faire suer brièvement et ajouter 2 1/2 décilitres de fendant ou de chasselas, 500 grammes de gruyère râpé et 300 grammes de fromage de Bagnes ou de Conche ainsi que 4 cuillères à café de maïzena diluées dans un peu de vin ou de kirsch, porter à ébullition en remuant constamment et y ajouter poivre et une pincée de muscade. Auparavant faire cuire des pommes de terre. La fondue aux tomates ne se mange pas avec du pain mais en versant de bonnes louches sur des pommes de terre en robe des champs préalablement pelées (des Nicola par exemple).

Comme boisson, un bon blanc suisse et à défaut du thé. Bon appétit.

**MICHEL GOUMAZ**

Web

Rédaction

Abonnements

Fondé en 1955

Numéro 209-210  
Janvier-Février 2007

[www.suisse-magazine.com](http://www.suisse-magazine.com)  
redaction@suisse-magazine.com

**Directeur de la Publication :**

Philippe Alliaume

**Comité de Rédaction :**

Alain-Jacques Czouz-Tornare, Juliette David, Michel Goumaz, Marco Itin, Jérôme Liniger, Henriette Nicolet, Martine Roesch.

**Rédaction :** Denis Auger.

**Ont collaboré à ce numéro :**

Philippe Alliaume, Juliette David, Alain-Jacques Czouz-Tornare, Henriette Germain-Nicolet, Michel Goumaz, Marco Itin, Jérôme Liniger, Martine Roesch.

**Rédaction du Suisse Magazine**  
100, rue Edouard Vaillant  
92300 Levallois-Perret  
Tél. : +33 (0)1 55 21 07 71  
Fax : +33 (0)1 55 21 07 72

Bimestriel

Prix du numéro : 9 €

Abonnement 1 an : 47 €  
Abonnement 2 ans : 84 €  
Abonnement de soutien : 70 €  
Étranger/Par Avion/Associations/... : nous consulter

**Service abonnements de Suisse Magazine**  
NPAI Suisse Magazine  
26 bis rue Kléber  
93100 Montreuil  
Tél. : 01 43 60 21 60

Couverture, pp. 2, 7-9 :  
© Alinghi/Th.Martinez, Ivo.Rovira,Steven Tee  
Couvercle, p. 32 : éditions Mondo.  
p. 2, 30-31 : Suisse Tourisme, Michel Goumaz.  
p. 2, 32 : Musée national suisse, Zurich.  
LM-56379, LM-97988.7  
p. 14-17, 32 : Office de tourisme des Grisons.  
Couvercle, pp. 2, 10 à 13, 17, 20-21, 28, 29 : DR.

**Éditeur :** Franco-Suisse de Publications  
Sarl de Presse

**Gérante :** Juliette Alliaume

**Associés :** Juliette Alliaume et Philippe Alliaume

**Siège Social :**

La Mérinerie - 37160 Buxeuil  
Tél. : 06 09 17 77 04  
Fax : +33 (0)1 55 21 07 72

Siren : 413 199 308 RCS Poitiers  
Ape : 221E - TVAIC : FR16413199308  
CPPAP N° 0407 K 81552 - ISSN N° 1274-7769  
Dépôt Légal à Parution  
© 1997-2007 FSP SARL

Membre de la

La rédaction n'est pas responsable de la perte ou de la déterioration des textes ou photos qui lui sont adressés pour appréciation. Reproduction autorisée sous réserve de mentionner la source et d'adresser un justificatif au journal.

**Réalisation :** PANOPLY

Tél. : +33 (0)1 46 94 33 44

**Impression :** PANOPLY

54, avenue du Général Leclerc  
92513 BOULOGNE CEDEX