

**Zeitschrift:** Suisse magazine = Swiss magazine  
**Herausgeber:** Suisse magazine  
**Band:** - (2015)  
**Heft:** 307-308

**Artikel:** Menu Fribourg-Joie  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-849270>

### **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:** 17.02.2026

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

# Menu Fribourg-Joie

## Soupe du chalet

Le vieux chalet d'alpage, immortalisé dans une chanson célèbre du barde Joseph Bovet, est un véritable symbole dans le canton de Fribourg. Avec les murs blancs et le toit de bardeaux du chalet, cette soupe, dégustée par l'armailli – nom donné aux pâtres de la Gruyère – pourrait constituer un authentique tableau de la vie quotidienne dans les Préalpes fribourgeoises aux côtés des « poyas » qui font la richesse de l'imagerie populaire.

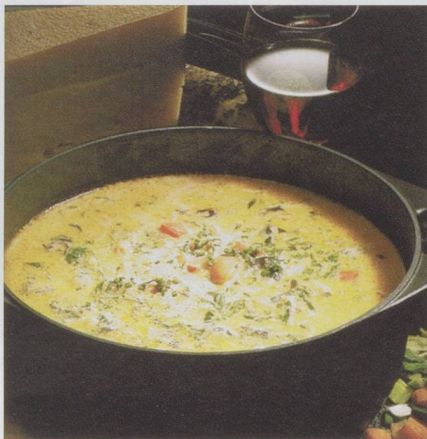
Pour 10-12 personnes. Temps de préparation et de cuisson : 1 h 15 min.

**Ingrédients :** 400 g de pommes de terre épluchées et coupées en petits dés, 60 g de beurre, 60 g d'épinards (si possible, épinards sauvages), 60 g de fèves ou soissons (poids de légumes secs), 400 g de navets-raves, oignons, carottes, poireaux mélangés, le tout coupé grossièrement, 60 g de macaronis cassés, 2 l de bouillon de bœuf, 0,5 l de lait, 2 dl de crème, 30 g de ciboulette ciselée, 100 g de gruyère râpé, sel poivre, muscade.

**Préparation :** Faire suer tous les légumes. Mouiller avec le bouillon. Ajouter les fèves. Assaisonner. Faire mijoter le tout pendant 50 min. Ajouter les macaronis cassés, le lait et laisser cuire une dizaine de minutes. En fin de cuisson, ajouter la crème et le fromage. Rectifier l'assaisonnement. Saupoudrer de ciboulette. Remarque : ce mets se sert en général comme plat unique.

## Ragoût de mouton de la Bénichon

Avant de devenir une fête profane, la Bénichon marquait en fait l'anniversaire de la dédicace d'une église. Célébrée le deuxième dimanche de septembre en plaine et le deuxième dimanche d'octobre en montagne quand les troupeaux sont ren-



Soupe du Chalet.

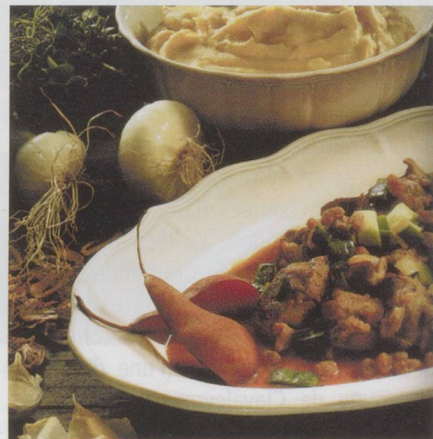
trés des alpages, elle est restée l'une des fêtes populaires les plus importantes dans le canton de Fribourg. Elle donne lieu à des bals publics et surtout à de grandes réjouissances gastronomiques.

Pour 5 personnes. Temps de préparation : 20 min. Temps de cuisson 1 h 15 min.

**Ingrédients :** 800 g à 1 kg de viande mouton (épaule sans os), 0,5 dl d'huile, 1 dl de vin blanc, 4 dl de bouillon de bœuf, sel, poivre, 80 g de raisins secs, fleurs de macis (muscade), thym, sauge, marjolaine, persil, 2 gousses d'ail hachées, 80 g de céleris et poireaux coupés en paysanne, 80 g d'oignons grossièrement coupés.

**Préparation :** Assaisonner la viande. Faire saisir rapidement dans l'huile bien chaude. Ajouter les oignons, l'ail, les légumes. Faire suer, puis déglacer au vin blanc. Mouiller au bouillon et ajouter les épices et les raisins. Laisser cuire à feu doux au moins une heure jusqu'à ce que la viande soit cuite. Vérifier l'assaisonnement. Lier avec de la crème fraîche à volonté.

Remarque : ce plat est servi avec de la pomme de terre en purée et des poires-à-Botzi (poire acide) ou une autre sorte de poire cuite et légèrement caramélisée. Boisson accompagnante : Pinot-Gamay du Vully.



Ragoût de mouton de la Bénichon.

## Gâteau du Vully

L'idyllique région du Vully qu'étreignent les lacs de Morat et de Neuchâtel est avant tout célèbre pour ses vins qui, s'ils n'ont pas la renommée des grands crus vaudois, plaisent aux amateurs par leur pétillante gaieté. Les cantons de Fribourg et de Vaud se partagent cette entité géographique et tous deux sont en mesure de revendiquer la paternité de cette recette. La préparation de ce succulent gâteau constituait jadis un événement car on n'allumait pas le four tous les jours.

Pour 12 personnes. Temps de préparation : 15 min. Temps de cuisson : 25 min

**Ingrédients :** 300 g de farine, 10 g de levure fraîche ou lyophilisée, 40 g de beurre, 2,5 dl de lait, 5 g de sel, 40 g de sucre fin, 2 dl de crème, 100 g de sucre brun concassé, 40 g de beurre en flocons.

**Préparation :** Faire une pâte légère avec le lait, la levure, 40 g de beurre fondu, le sel, le sucre fin et la farine. Laisser reposer cette pâte pendant une heure. Foncer deux plaques à gâteaux (20 cm de diamètre) et piquer avec une fourchette : la pâte doit remonter sur 2 cm. Parsemer de flocons de beurre. Couvrir de crème. Parsemer de sucre concassé. Cuire au four 25 min à 200 °C. Servir froid. ■