

## Livre

# Voyage culinaire le long des Alpes

**Un couple franco-britannique rend hommage aux recettes transalpines récoltées auprès des locaux**

**Rebecca Mosimann**

Respecter les saisons et valoriser les ingrédients locaux et les produits frais. Avec *À table autour des Alpes*, Rachel Best et Jean-Christophe Van Waes ne livrent pas seulement des recettes gourmandes mais aussi un message politique. Le couple franco-britannique établi sur le plateau d'Assy en Haute-Savoie - avec vue plongeante sur le Mont-Blanc depuis leur jardin - se désole de voir la pollution gagner la région de Chamonix. «Le meilleur moyen de lutter contre ce fléau est d'utiliser des circuits courts. Pourquoi boire un vin argentin alors qu'on a tout ce qu'il faut à notre porte?» s'enflamme Jean-Christophe Van Waes au bout du fil.

Ce photographe, auteur et alpiniste originaire du nord de la France - il a gravi trois fois l'Everest - a choisi la nourriture de sa région d'adoption pour partager cette prise de conscience avec sa compagne Rachel Best, ancien cadre de la finance et musicienne qui

a quitté Londres pour la quiétude et les bons petits plats du val d'Aoste il y a quelques années déjà. «Nous voulions montrer qu'il y a autre chose que la cuisine montagnarde caricaturale servie dans les restaurants de Haute-Savoie, explique-t-il. C'est pourquoi nous avons choisi de créer, d'adapter et de remettre au goût du jour de vieilles recettes de la région des Alpes suisses, italiennes et françaises.» Le duo a sélectionné 52 recettes, une par semaine de l'année, déclinées au rythme des saisons. «Nous les avons toutes testées sur nos amis. Une bonne occasion de les inviter à la maison et de passer un agréable moment. Les photos des plats présentées dans le livre n'ont pas été faites en studio mais juste avant de passer à table.»

Le couple a arpenté les musées de la région, rencontré des locaux - de la grand-maman au cueilleur de safran valaisan - pour retrouver ces plats dont les recettes se transmettent souvent par le bou-

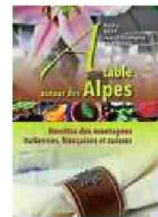


**Jean-Christophe Van Waes et Rachel Best**

che-à-oreille. «Tout le monde en parle sans donner les quantités exactes, ajoute Rachel Best. J'ai dû les réaliser plusieurs fois pour expérimenter le bon dosage. Ma

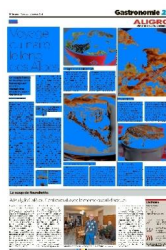
mère, quand j'étais petite, cuisinait aussi au *feeling*. Comme elle, j'ai voulu élaborer des plats faciles à préparer au quotidien.»

Des petits röstis de légumes d'hiver à l'Appenzeller à la soupe au chou frisé et à la fontine en passant par la panna cotta aux fleurs de sureau noir et son coulis de fraises des bois: les recettes mettent en valeur des aliments transalpins. «À l'époque, ces régions étaient pauvres et les habitants isolés pendant l'hiver. Ils cuisinaient avec ce qu'ils avaient stocké pendant l'été. Certaines de leurs soupes à base de pain permettaient de ne rien jeter. Et elles sont même meilleures une fois réchauffées.»



**A table autour des Alpes**

Rachel Best,  
Jean-Christophe Van Waes  
**Ed. Slatkine**  
**(231 p.)**

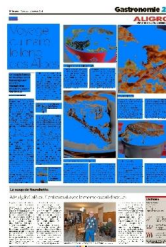


PHOTOS: STUDIOBUONAVENTURA

## «Zuppa alla valpellinente»

«Cette soupe au chou frisé et à la fontine est originaire de la vallée d'Aoste, explique Rachel Best. Elle a été créée pour ne pas gaspiller le pain.» **Ingédients:** 1 chou frisé, 12 tranches de pain de seigle, 300 gr de fontine coupées en tranches, 1,5 litre de bouillon, 30 gr de beurre, 1 pincée de cannelle et de noix de muscade.

**Préparation:** portez à ébullition les feuilles de chou dans une casserole avec le bouillon. Grillez les tranches de pain. Dans une cocotte, alternez les couches de chou, de pain et de fontine. Terminez par une couche de fromage et versez le bouillon sur la préparation. Parsemez de beurre, cannelle et muscade et enfournez 30 minutes à 180 °C.

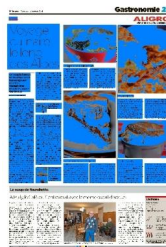


## Tourte aux noix de l'Engadine

«Cette recette d'Engadine était à l'origine une galette au beurre traditionnelle du dimanche.»

**Ingédients:** pour la pâte: 350 gr de farine, 160 gr de beurre, 160 gr de sucre, 1 pincée de sel, 2 œufs battus, zeste et jus d'une clémentine. Pour la crème: 200 gr de sucre, 170 gr de noix concassées, 15 gr d'amandes, 15 gr de noisettes, 2 c. à s. de miel,

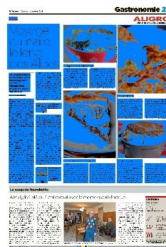
25 cl de crème liquide. **Préparation:** mélangez les ingrédients de la pâte jusqu'à ce qu'elle soit homogène. Laissez reposer 30 minutes au frigo. Grillez les différentes noix. Quand le sucre est fondu, ajoutez-y les noix puis la crème et le miel. Faites une tourte avec le mélange et enfournez 45 minutes à 180 °C dans le bas du four.



## Tourte choléra

«Cette tourte valaisanne date de l'époque où sévissait le choléra. Pour éviter la contagion, chacun mélangeait ce qu'il avait dans son garde-manger.» **Ingrédients:**  
2 rouleaux de pâte brisée, 2 pommes de terre, 2 poireaux coupés en rondelles, 1 oignon haché, 3 pommes coupées en tranches, 300 gr de gruyère râpé, 1 œuf, 2 c. à s. d'huile

d'olive, sel, poivre. **Préparation:**  
Cuissez les pommes de terre à la vapeur. Faites-les revenir à la poêle avec l'oignon, les poireaux et les pommes. Salez et poivrez. Dans un moule, répartissez la garniture sur la pâte en alternance avec le gruyère. Recouvrez avec la deuxième pâte, enduisez-la d'œuf battu et enfournez la tourte 40 minutes à 190 °C.



## Soufflé valaisan

«J'adore la raclette mais je trouve que c'est vite lourd, alors j'ai décidé de l'intégrer à un soufflé facile à réaliser.» **Ingrédients:** 2 c. à s. de farine, 2 œufs séparés en blanc et jaune, 200 gr de fromage à raclette râpé, sel, poivre, 1 pincée de noix de muscade. **Préparation:** beurrez quatre ramequins. Mélangez la farine et le lait. Faites chauffer

doucement puis laissez tiédir hors du feu. Incorporez les jaunes, la raclette, le sel, le poivre et la muscade. Battez les blancs en neige, incorporez-les à la préparation et mélangez délicatement. Répartissez la préparation dans les ramequins jusqu'aux trois quarts pour éviter les débordements. Cuisez les 15 minutes à 200 °C.