



DEUTSCHE VERSION

Fribourg Region

Kulinarische Reisen





 **Vacherin[®]
Fribourgeois**
SWITZERLAND

KRÄFTIG



WWW.VACHERIN-FRIBOURGEOIS-AOC.CH

Inhalt

- 6 Käse**
- 16 Bénéichon – Chilbi**
- 28 Wein**
- 32 Fisch**
- 38 Schokolade**
- 44 Märkte**

Impressum:

Herausgeber

FRIBOURG REGION, Freiburger Tourismusverband, Fribourg
Vereinigung zur Förderung der Produkte aus dem Freiburgerland, Granges-Paccot

Redaktion

Laetitia Ackermann, Claude-Olivier Marti

Grafische Gestaltung

parallele.ch

Bilder

Frédéric Grangier - parallele.ch, Vereinigung zur Förderung der Produkte aus dem Freiburgerland,
Freiburger Tourismusverband, Pierre-Michel Delessert
Gedruckt in der Schweiz, 2011



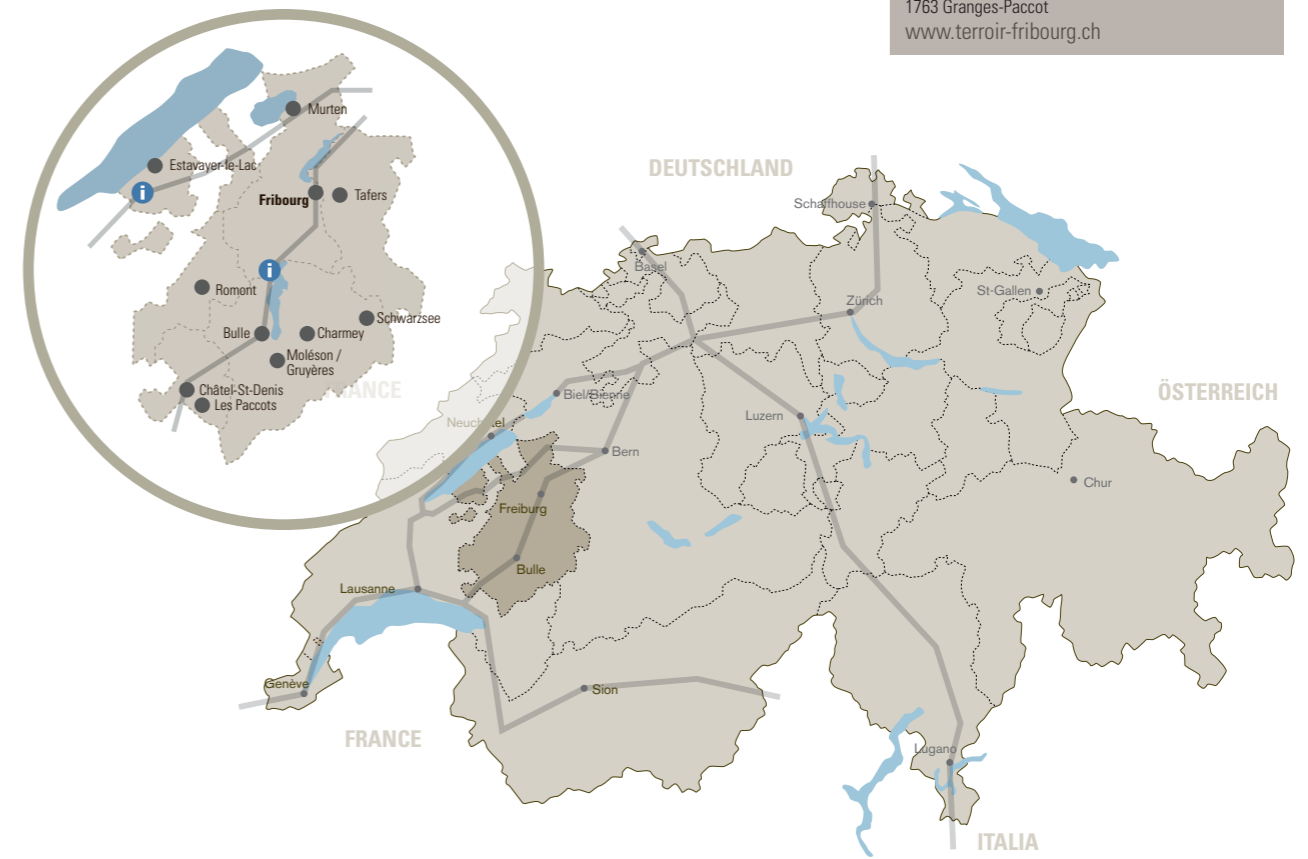
Den Kanton Freiburg kennenlernen

Herzlich willkommen im Freiburgerland, einer Region, die reich ist an kulinarischen Traditionen, abwechslungsreichen und idyllischen Landschaften. FRIBOURG REGION und die Vereinigung zur Förderung der Produkte aus dem Freiburgerland laden Sie ein, die Schätze dieser Region in der Natur und im Teller zu entdecken.

Mehr Informationen...

FRIBOURG REGION Information
Restoroute de la Gruyère (A12)
Le Restoroute 174
1644 Avry-dt-Pont
www.fribourgregion.ch
Call center + 41 (0)26 915 92 92
Täglich geöffnet

Vereinigung zur Förderung der Produkte aus dem Freiburgerland
Route de Chantemerle 41
1763 Granges-Paccot
www.terroir-fribourg.ch





Käse eine Lebenskunst

Käse hat im Freiburgerland nicht bloss kulinarische Tradition, sondern ist Lebenskunst. Er ist auf dem Tisch in sämtlichen Formen vertreten, steht aber auch im Zentrum der Sitten und Bräuche der Region. Lassen Sie uns gemeinsam die verschiedenen Spezialitäten des Kantons entdecken, vom Alpaufzug mit seinen Traditionen wie beispielsweise der Poya bis zum Alpabzug.



Der Gruyère AOC

Der Gruyère AOC ist nach der gleichnamigen Region benannt und wird seit mindestens dem 12. Jahrhundert bei uns produziert. Somit ist die Fertigkeitstradition der Käser und Affineure, die diesen Käse aus roher Kuhmilch herstellen, äusserst alt.

Seinen besonderen Geschmack, zugleich fein und rassig, verdanken wir der guten Qualität des Freiburger Weidegrases, der handwerklichen Herstellung und der ausgezeichneten, bis zu 18 Monaten dauernden Kellerreifung. Jeder Laib wird mit dem Label Gruyère AOC gekennzeichnet.

Die Produktionszone des Gruyère AOC erstreckt sich zwar über verschiedene Gebiete der Romandie, die Hälfte wird aber im Kanton Freiburg hergestellt. Wer die Produktionsweise dieses Käses kennen lernen möchte, hat zahlreiche Möglichkeiten: Lehrpfade führen an unzähligen Alpkäsereien vorbei – ein Genuss für Auge und Mund.

Der Ruf des Gruyère AOC geht weit über die Landesgrenzen hinaus. Nicht nur nimmt er auf den Käsetellern der avisierten Feinschmecker einen Ehrenplatz ein, auch in zahlreichen genussversprechenden Rezepten wird er eingesetzt.

www.gruyere.com
www.lamaisondugruyere.ch
www.gruyere-alpage.ch

Fondue moitié-moitié

Das beliebteste Fondue der Schweizer

Für 4 Personen

Im Caquelon ist der Vacherin Fribourgeois AOC seit jeher bester Freund des Gruyère AOC. Er verleiht dem Fondue Moitié-Moitié (halb Vacherin, halb Gruyère) die unvergleichliche Sämigkeit.

- Caquelon mit Knoblauchzehe ausreiben. 3 KL Maizena in 3 dl Weisswein einrühren und aufkochen.
- 400 g geriebenen Vacherin Fribourgeois AOC und 400 g geriebenen Gruyère AOC begeben. Unter ständigem Rühren bei kleiner Hitze einschmelzen. Mit Kirsch und Pfeffer abschmecken.
- Brotbrocken auf Fonduegabel stecken und zum Essen in das Fondue tunken.

Liebe zur Region ist wichtig

Olivier Philipona
Käser, Vuadens

Olivier Philipona empfängt uns in seiner Käserei in Vuadens, im Herzen des Greyerzlandes.

Dieser Familienvater stellt die beiden Vorzeigeprodukte, den Gruyère AOC und den Vacherin Fribourgeois AOC, sowie den Greyerzer Doppelrahm, Ziger und gewerbliche Joghurts her.

Olivier Philipona ist tüchtig und gewissenhaft. Als Küherbub in jungen Jahren kennt er den Käserberuf sehr gut. „Hier hat mich das Virus gepackt“. In einer Berghütte ohne Strom, die Bedingungen waren hart, aber wir kannten auch schöne Momente“, erinnert er sich.

„Ich stelle frische Tommes aus Kuhmilch her, die sehr gefragt sind, sowie den von mir erfundenen „fromage des Colombettes“ (historische Berghütte im Greyerzland). Ich habe ihn so getauft, weil ich es wichtig finde, dass zum Käsenamen eine lokale Verbindung besteht.“

Olivier Philipona bewirtschaftet eine der grössten Käseereien des Kantons. In seinem Keller können bis zu 4'000 Käseläibe zu je 35 Kilogramm gelagert werden.

Sein Betrieb erlaubt ihm auch, Gruppen für Besichtigungen, Vorführungen und Degustatio-



nen zu empfangen. „Ich schätze die Besuchergruppen ganz besonders. Die Atmosphäre hier ist speziell, und ich zeige meine Leidenschaft für den Beruf sehr gerne. Wenn es mir gelingt, Touristen begreiflich zu machen, dass der Gruyère

AOC keine Löcher hat, dann bin ich glücklich“, scherzt der Käser.

Der Fonduezug

Lust, dem Alltag zu entfliehen? Lassen Sie sich mit dem Retrozug „La Gruyère“ in frühere Zeiten des Reisens entführen. Begeben Sie sich auf einen Schlemmerausflug ins Herzen des Intyamon und geniessen Sie ein herrliches Fondue und die unumgänglichen Meringues mit Doppelrahm aus dem Greyerzland.

www.la-gruyere.ch
www.tpf.ch



Der Vacherin Fribourgeois AOC

Ebenso symbolträchtig wie der Gruyère AOC wird der Vacherin Fribourgeois AOC in den Dörfern und auf den Alpen des Freiburgerlandes hergestellt. Sein halbharter Teig aus Kuhmilch ist fein und rahmig. Dieser köstliche Käse wird als Schnittkäse, als Vorspeise oder Dessert genossen und ist besonders als Fondue bekannt.

Herkunft

Der Name Vacherin Fribourgeois AOC stammt von „Vaccarinus“, einem aus dem Lateinischen abgeleiteten Wort, das „kleiner Kuhhirt“ bedeutet. Letzterer half dem Kuhhirten, die Kühe zu melken und zu pflegen. So bezeichnet der Vacherin einen kleinen Käse, den der Kuhhirt für seinen persönlichen Gebrauch herstellte. Obwohl dieser Käse bereits auf das Mittelalter zurückgeht, erfährt der Vacherin Fribourgeois AOC erst im 19. Jahrhundert und mit den aufkommenden Dorfkäsereien eine starke Verbreitung. Dieser Aufschwung ging unentwegt weiter bis hin zur „Appellation d'Origine Contrôlée“ (AOC, geschützte Ursprungsbezeichnung) im Jahr 2005 und zum Erfolg, dessen er sich heute erfreut.

www.vacherin-fribourgeois-aoc.ch



Freiburger Fondue

Für 4 Personen

Das besonders aromatische und rahmige Freiburger Fondue setzt sich aus einer Auswahl von Vacherin Fribourgeois AOC-Käsen unterschiedlicher Reifegrade zusammen. Es ist leicht verdaulich, wird lauwarm und mit Kartoffeln oder Brot serviert:

- Fonduecaquelon mit einer Knoblauchzehe ausreiben, dann 2 dl Wasser begeben und auf kleinem Feuer wärmen.
- 800 g geriebenen Vacherin Fribourgeois AOC begeben, regelmässig mit einer Kelle während 20 bis 30 Minuten rühren. Nach Belieben pfeffern.
- Caquelon auf ein Kerzenrechaud stellen. Damit seine rahmige Konsistenz und der Geschmack erhalten bleiben, darf das Fondue 50 °C nicht überschreiten.
- Mit auf der Fonduegabel aufgespiesstem Brot oder Kartoffeln geniessen.

Einige Spezialitäten

Unter den zahlreichen Käsespezialitäten, die das Freiburgerland im Überfluss bietet, stellen wir Ihnen deren drei vor: den Mont Vully, den Beaumont und das Mutschli. Entdecken Sie zahlreiche weitere Käsespezialitäten der FRIBOURG REGION unter www.terroir-fribourg.ch

Der Mont Vully

Seinen Namen prägt der Berg, der die wunderbare Drei-Seen-Region überragt. Der Mont Vully ist ein besonders aromatischer, halbharter Käse aus Kuhmilch, der im Dorf Cressier hergestellt wird. Es ist der Begeisterung von Ewald Schafer zu verdanken, dass dieser Käse 1994 entstand. Es war seine Idee, einen für das Dorf Cressier typischen Käse zu kreieren und die Freiburger Gastronomielandschaft dadurch stärker zu diversifizieren. Der Erfolg liess nicht auf sich warten.

Weinaromen

Der Mont Vully, den es in den drei Sorten „Le Classique“, „Le Bio“ und „Le Réserve“ gibt, zeichnet sich durch seine Elfenbeinfarbe sowie sein unverwechselbares Traubenrelief auf seiner Oberfläche aus. Die Besonderheit dieses Käses liegt darin, dass er während der Reifung mit Pinot Noir des Vully-Rebbergs eingerieben wird. Dieser Vorgang verleiht ihm den unnachahmbaren und köstlichen Geschmack.

Bei Tisch

Der Mont Vully kann alleine konsumiert werden, ist aber auf jeder Käseplatte der Feinschmecker nicht wegzudenken. Er eignet sich auch für Salate oder heiße Gerichte.

www.montvullykaese.ch



Das Mutschli

Der kleine Alpkäse aus Kuhmilch ist in mehreren Sorten erhältlich: nature, mit Kräutern, mit Knoblauch oder mit Peperoni. Es handelt sich um einen milden, jungen Käse, der nur drei Wochen im Reifungskeller bleibt.

Vor rund zehn Jahren kreierte Karl Müller das Mutschli in seiner Alpkäserei in Plaffeien, im Sensebezirk. Die Alphütte auf über 1300 m ü.M. und ihre Umgebung bieten eine wundervolle Aussicht auf die Voralpen – ein wahres Paradies für alle Wanderer!

Der Beaumont

Dieser Halbhartkäse aus roher Kuhmilch wird im Glane- und im Vivisbachbezirk, im Westen des Freiburgerlandes, hergestellt. Die lokale Spezialität wird in unseren Regionen seit Beginn des Jahrhunderts produziert. Durch seinen milden und leicht säuerlichen Geschmack eignet sich dieser Käse sowohl zum Aperitif als auch zum Dessert. Der Beaumont passt ganz einfach gut zu einem Glas Wein und einem Stück Brot.



Der Käsereiwanderweg

Lassen Sie uns den eigentlichen Fabrikationsort des weltbekannten Gruyère AOC und Vacherin Fribourgeois AOC entdecken. Es gibt zwei Wanderwege: der eine führt von der „La Maison du Gruyère“ von Pringy zur Alpkäserei nach Moléson-Dorf, der andere in genau umgekehrter Richtung. Die rund zweistündige Wanderung über Reybes oder Provêta führt über Weiden, durch Wälder und an Bächen vorbei, im Hintergrund stets der 2002m hohe, eindrucksvolle Moléson.

Verlangen Sie in der Käserei einen Laufzettel. Bei Ankunft in der anderen Käserei wird Ihnen dann ein Wanderdiplom überreicht. Während der gesamten Wanderung enthüllen didaktische Tafeln die Geheimnisse der Käseherstellung.

Die Alpkäserei Moléson-Dorf, eine Alphütte aus dem 17. Jahrhundert, umfasst ein Restaurant, einen Laden und ein charmantes Museum, welches die Atmosphäre von früher wiedergibt.

In der Schaukäserei der „La Maison du Gruyère“ in Pringy können Sie je nach Saison drei- bis viermal Mal pro Tag die Gruyèreherstellung mitverfolgen. Höhepunkt der Vorführung ist die Teilnahme an der interaktiven Ausstellung, wo sämtliche Sinne gefordert werden.

Geheimtipp

Falls Sie die Route über Reybes wählen, kommen Sie automatisch an der Alphütte Les Mongerons vorbei. Dort empfangen Sie Marcel

und Odile in einer herzlichen, familiären Atmosphäre. Von Mai bis September können Sie vor einer wundervollen Kulisse köstliche Gerichte aus der Region geniessen. Herrliche Holzofengerichte in einer typischen Alphütte – für gemütliche Atmosphäre ist gesorgt!

www.moleson.ch
www.lamaisondugruyere.ch
www.alpagesetchalets.ch



Poya und Alpabzug

Als feiner Kenner der Freiburger Traditionen lüftet Jean-Nicolas Philipona den Schleier eines äusserst populären Brauchs im Greyerzerland: der Poya, was auf Dialekt Alpabzug heisst, und des Alpabzugs.

Ende jedes Frühlings ziehen die mit Kuhglocken geschmückten Kühe auf die Alp, wo sie den Sommer auf den Weiden verbringen.

Die Kuhherde eröffnet den Aufzug, gefolgt vom „Lediwagen“. Dieser von einem Maultier oder einem Pferd gezogene, blaue Wagen enthält alle Werkzeuge, die es für die Käseherstellung braucht, wie beispielsweise den Heizkessel oder den Melkstuhl.

Ende September ist es Zeit für den Alpabzug. Die Herde wird dazu mit Blumen geschmückt. Die Atmosphäre ist sehr festlich, denn der Alpabzug stellt einer-

seits das Ende der Arbeiten und andererseits die Entlohnung der Sennen dar.

Die Trachten sind an diesem Anlass besonders wichtig. Es ist, wie wenn die Zeit stehen geblieben wäre: Die Männer tragen den Bredzon, die Frauen den Dzaquillon.

Die Poya gab auch Anlass für eine für die Region typische Malerei. Die Darstellung der alpabziehenden Herde dient der Zier der Vorderseite der Bauernhöfe, weist aber auch auf die Verbundenheit mit der Alp hin.

Die Poya wird besonders in Estavannens hochgehalten. Seit 1956 findet im Monat Mai in diesem kleinen Greyerzer Dörfchen etwa alle 15 Jahre das grosse Poya-Fest statt. Die Popularität ist so gross, dass tausende von Zuschauerinnen und Zuschauern zu diesem Fest anreisen.



Der regionale Naturpark Gruyère Pays-d'Enhaut

Zwischen Waadt und Freiburg erstreckt sich der regionale Naturpark über rund 500 km². Seine Grenzen berühren das Ufer des Genfersees, umschliessen das Pays d'Enhaut und zwei wichtige Täler des Greyerzerlandes (Jaunbach und Intyamon). Es leben rund 12'500 Einwohner in jenem Gebiet. Der Park trägt das Label „Park von nationaler Bedeutung“.

Beim Park handelt es sich um ein bemerkenswertes Mittelgebirge. Er weist eine grosse landwirtschaftliche Vielfalt aus, die von der jahrhundertlangen menschlichen Tätigkeit sowohl im ländlichen Raum als auch im Bereich der Forstwirtschaft zeugt. Parallel zu den ländlichen Tätigkeiten entwickelte sich ab dem 19. Jahrhundert der Tourismus. Dieser setzt sich fort mit der Umsetzung eines neuen, nachhaltigen Tourismus, welcher im Einklang mit der Natur und dem Kulturgut steht.

Vor allem Milch- und Käseprodukte

Die regionalen Produkte des Parks stammen vor allem aus dem Milch- und Käsebereich. Zum Sortiment gehören die drei Käse Le Gruyère AOC, L'Etivaz AOC und der Vacherin Fribourgeois AOC. Im Park werden auch Fleisch, Medizinalpflanzen, Schnaps, Brot, Honig, Vin cuit, Most, Meringues, Kastanien usw. produziert. Die Liste ist nicht vollständig, ein Beweis für den gastronomischen Reichtum des Naturparks.

Der Park setzt sich aktiv für seine regionalen Produkte ein. Er bereitet ein Produktlabel vor, das den Konsumentinnen und Konsumenten die Herkunft dieser umweltgerecht hergestellten Produkte garantiert. Das Rindfleisch und einige Käsesorten werden als erste dieses Parklabel tragen.

www.pnr-gp.ch

Angebot Grenzenloser Spass

Passeport La Gruyère
2 Nächte im Hotel inkl. Willkommens-Drink, Greyerzer-Frühstück, Fondue-Abend, Pass mit kostenlosen touristischen Besuchen. Ganzjährig. Weitere Unterkunfts-kategorien sowie Details zu den Angeboten und Reservation unter

www.fribourgregion.ch/topangebote



Thierry Beaud, Ziegenhirt

Willkommen in der Berghütte „Les Chaudzes“, wo Thierry Beaud und seine Frau Nathalie rund 200 Ziegen halten. Die auf rund 1500 m ü.M. gelegene Hütte liegt im Herzen des Intyamons, oberhalb des lieblichen Dorfes Lessoc.

Seit 5 Jahren steigt die Familie Beaud im Frühling für die Dauer von 5 Monaten auf die Alp. Die Besonderheit des Orts macht die fahrbare Käserei aus, die dort eingerichtet wurde. Dort erarbeiten Thierry und Nathalie Beaud ihre Spezialitäten, lagern diese kurz und liefern sie dann ins ganze Freiburgerland aus.

Der Sommer im Freien

Mit einer Herde von 111 Milchziegen und 86 Jungziegen der Rasse „gemsfarbige Gebirgsziege“ geht die Arbeit auf der Alp nie aus. „Am Morgen stehe ich um 5 Uhr auf, um zu melken. Das dauert etwa 2 Stunden. Dann wiederhole ich das Ganze am Abend“, erklärt der Ziegenhirt. Jede Ziege liefert im Schnitt 4 Liter Milch pro Tag.

In ihrer fahrbaren Käserei stellen Thierry und Nathalie Beaud nicht weniger als 200

Tommes pro Tag her – für das Ehepaar Beaud eine leidenschaftliche Tätigkeit. „Wir lieben es, im Freien zu arbeiten. Die Arbeit ist abwechslungsreich und wir verfolgen den ganzen Verlauf der Wertschöpfungskette, vom Melken bis hin zum Verkauf“, meint das Ehepaar Beaud begeistert.

Der Alpkäse wird für sein besonderes Aroma, das ihm die Bergkräuter verleihen, besonders geschätzt.

Zum Sortiment der Käserei gehören frische Tommes, „P'tits Bibis“ und „Coeur de chèvre“. Bei Letzterem handelt es sich um einen halbharten Ziegenkäse, der während 2 Monaten im Keller gereift

wird. Degustieren Sie diese Köstlichkeiten direkt auf der Alp. Sie werden von der Bergluft und dem grossartigen Panorama begeistert sein.

www.terroir-fribourg.ch





Bénichon – Chilbi ein köstliches Fest

Die Bénichon ist zweifellos das populärste Fest im Freiburgerland. Aufgrund seiner lebendigen Tradition erzählt man sich gerne, dass es eben so viele Rezepte für Bénichon-Menüs gibt wie Familien, welche diese zubereiten. Ungeachtet dieser Variationen hat jedoch der festliche und einigende Geist Fortbestand. Auf geht's zur Entdeckung einiger Gerichte des Bénichon-Menüs!

Die traditionelle Chilbi-Schaukel ist eine Freude für Kinder.
© Photo Glasson Musée gruérien Bulle



Geschichte und Tradition der Bénichon

Das Fest der Bénichon hat einen religiösen Hintergrund. Das Wort Bénichon kommt vom Lateinischen „benedicto“, was Weihung bedeutet. Die Bénichon entspricht dem Gedenktag an die Kirchweihe.

Dem religiösen Fest folgte jeweils ein Volksfest. Dieses alte und relativ markante Fest dauerte Tage. Da diese Feste gemäss den Behörden überbordeten, versuchten Letztere, die Dauer der Bénichon zu beschränken. So wurde das Fest für den grössten Teil des Kantons auf das zweite Wochenende im September und für die Alpregionen auf den zweiten Sonntag im Oktober festgesetzt.

Ab jenem Zeitpunkt nimmt das Fest eine neue Dimension an: Mit der Bénichon im September wird das Ende der landwirtschaftlichen Arbeiten gefeiert, mit der Bénichon im Oktober die Rückkehr der Herden ins Tal nach ihrer Sömmerung auf den Alpen.

Mit dem Bénichon-Menü wird das Wiedersehen gebührend gefeiert. Familie und Freunde sind am Tisch vereint.

Auch wenn die älteste Überlieferung des heutigen Bénichon-Menüs auf das Jahr 1852 zurückgeht, so sind zahlreiche Produkte bereits seit langem bekannt. Die Cuchaule beispielsweise wurde bereits 1558 zitiert.

Heute ist die Bénichon noch immer ein traditionelles Fest, das die Freiburgerinnen und Freiburger schätzen und immer neu erfinden. Das Heuwagenrennen in Charmey, der Gewerbemarkt und der Festzug in Châtel-St-Denis, das Bénichonfest in Romont, das Schiessen in Fétigny, Vernay oder Rueyres-les-Prés, der folkloristische Markt in Ecuwillens, die Traktor-Bénichon in Corserey oder auch das Cuchaule-Werfen (Nachbildung aus Fichte) in Attalens: die Bénichon-Feste erneuern sich konstant. Selbst wenn weiterhin viele Familien die Tradition des Sonntagsmenüs bei sich zu Hause pflegen, so verzeichnen auch die zahlreichen Restaurateure, die das Bénichon-Menü anbieten, einen Erfolg.

Quelle:
„Chantons, dansons, bénichonnons. Hier et aujourd'hui“,
von Anne Philipona Romanens und Jean-Pierre Papaux,
Verlag La Sarine, Ausgabe September 2011.

Das Bénichon- Menü

Cuchaule, Bénichonsenf, Butter

Bouillon, Siedfleisch

Lammvoressen mit Rosinen, Pomme
mouseline, Büschelbirnen AOC

Schinken aus dem Bauernkamin,
Saucisson

Kabis, Bohnen

Lammkeule mit Knoblauch, Kartoffelstock
Randensalat

Desserts der Bénichon:

Rahm im Holztrog und Meringues
Früchtekorb

Küchlein, Blätterteigfladen, Guetzli mit
Hagelzucker
Bretzeli, Anisbrötli

Die unumgänglichen Bretzeli

Zahlreiche süsse Köstlichkeiten wie Küchlein, Rahmblätterteigfladen, Guetzli mit Hagelzucker, Bretzeli und Anisbrötli sind der krönende Abschluss des Bénichon-Menüs. Sie sind allesamt sehr schmackhaft, doch möchten wir uns einen Moment der Herstellung von Bretzeli zuwenden, die besonderes Wissen voraussetzt.

Denise Bongard, Mitglied des Freiburger Bäuerinnen- und Landfrauenverbands,

vertritt die Gruppe „Au Bricelet d’Or“, eine Vereinigung, denen acht Damen der Region angehören, alle Meisterinnen in der Herstellung dieses symbolträchtigen Biskuits.

„Da wir alle Bäuerinnen sind, verwenden wir unseren eigenen Rahm, den wir aus entrahmter Milch gewinnen und während 2 bis 3 Tagen ruhen lassen“, erklärt Denise Bongard. Zur Herstellung des Teigs verwendet die Bretzelispezialistin etwas weniger Mehl als angegeben (700 bis 800 g), damit der Teig fein wird. Sie zieht es vor, den Wein mit Wasser zu mischen.

Auf den ersten Blick scheint dieses Rezept ein Kinderspiel zu sein. Doch täuschen Sie sich nicht! Der Arbeitsschritt des Aufrollens ist sehr heikel. Mit Hilfe ihres Bretzeliessens zeigt uns Denise Bongard ihr Können. Das Biskuit wird vom Eisen genommen und dann direkt über einem Bretzelstab aufgerollt, was ihm seine besondere Form gibt. Die Zubereitung des Teigs ist eher einfach, doch die Aufrolltechnik ist eine Präzisions- und Fleissarbeit. Das Ergebnis: eine leichte, luftige Köstlichkeit.

Rezept

aus dem Werk
„Küche und Traditionen im Freiburgerland“

Zutaten: 1 l Doppelrahm, 650 g Zucker, 7 dl Weisswein oder 5 dl Weissweiss und 2 dl Wasser, 1 dl Kirsich, rund 900 g Mehl, 1 Prise Salz. Rahm und Wein mischen und Zucker durch Rühren auflösen. Salz und Mehl begeben, damit der Teig glatt wird. Teig 1 bis 2 Stunden stehen lassen. Kirsich im letzten Moment begeben. Zum Backen Bretzeliessen verwenden. Bretzeli sofort aufrollen, abkühlen lassen und in einer gut verschliessbaren Büchse lagern.

Süss oder salzig?

Bei Denise Bongard gibt es die Bretzeli auch in der salzigen Version. Das Teigrezept ist allerdings etwas anders und das Biskuit wird nicht aufgerollt. Die Bretzeli mit Sesam, Kreuzkümmel, Mohn oder auch nur Salz sind noch nicht so verbreitet wie ihre gerollten Gegenstücke. Sie verdienen es jedoch kennen gelernt zu werden, denn „zum Aperitif sind sie wirklich herrlich“, schliesst Denise Bongard.

www.terroir-fribourg.ch

Die Königinnen der Bénichon



Die Cuchaule

Als wahrhaftige Königin der Bénichon hat die Cuchaule die Ehre, die Mahlzeit der berühmten Festivitäten zu eröffnen. Der Safran verleiht diesem Bröchebrot seine besondere, exotische Note. Die Bernsteinfarbe und vor allem der unvergleichbare Geschmack zeichnen dieses Brot aus. Wir treffen uns an der Freiburger-Grenze, in Châtel-Saint-Denis, wo uns Thierry Grand einige Herstellungsgeheimnisse verrät.

„Seit Grossvaters Zeiten hat sich dieses Rezept praktisch nie verändert“, erklärt der Bäcker. In seiner Backstube legt der Gewerbler die wichtigsten Zutaten auf der Arbeitsfläche bereit: Mehl, Milch, Butter, Zucker, Salz, Hefe, Ei und eine

Prise Safran, die sich durch ihre flammende Farbe vom Rest abhebt.

Nach mehreren gründlich durchgeführten Arbeitsschritten ist die berühmte Cuchaule bereit. Sie kann nun im Verlauf des Tages und auf sämtliche Arten genossen werden. Die Cuchaule passt nämlich nicht nur bestens zum berühmten Bénichonsenf, „sondern kann auch zusammen mit einem Gruyère AOC, einem geräucherten Forellenfilet oder einem Schinken aus dem Bauernkamin genossen werden“, erklärt Thierry Grand.

Der Bénichonsenf

Dieses Produkt, das einer süss-sauren Gewürzkonfitüre ähnelt, setzt sich aus Vin cuit (auf Birnenbasis), Senfmehl, Zucker und Gewürzen wie Anis, Zimt und Gewürznelken zusammen.

Ein sehr beliebter Wettbewerb

In Estavayer-le-Lac beginnen die Bénichon-Festivitäten am letzten August-Wochenende mit einem Bénichonsenf-Wettbewerb. Dazu lädt die Stadt die grossen Feinschmecker zu einer Degustation der gewerblich hergestellten Senfe aus dem ganzen Kanton ein. Die Jury setzt sich aus zwölf „Maîtres Moutardiers“ zusammen. Sie bestimmen unter den hundert Zubereitungen die besten Senfe in den Amateur- und Berufskategorien.

Die süss-sauren Konfitüren unterstehen allesamt geheimen Herstellungsmethoden. Jeder hütet sein Rezept, das unter dem Siegel der Verschwiegenheit innerhalb der Familie weitergegeben und im Verlaufe der Generationen fachkundig verfeinert und verbessert wurde. Die drei Aspekte Geschmack, Struktur und Konsistenz werden von den „Maîtres Moutardiers“ bewertet. Der delikateste Senf erhält den Titel „bester Bénichonsenf des Kantons Freiburg“.

www.benichon-fribourg.ch
www.estavayer-payerne.ch

Klangvolle Kompositionen

Judith Baumann
Chef, Cerniat



Wer kann uns mehr über die Bénichon erzählen als Judith Baumann? Letztere hat in der „Pinte des Mossettes“ oberhalb von Cerniat während mehr als zwanzig Jahren originale Gerichte kreiert. Sie entwickelte zahlreiche Bénichon-Menüs.

Judith Baumann, erzählen Sie uns, was die Bénichon für Sie bedeutet.

Wissen Sie, dort wo ich herkomme, ist die Tradition der Bénichon nicht sehr verbreitet. Ich habe dieses Ereignis in der Pinte des Mossettes, einem besonderen Begegnungsort, wiederentdeckt. Ich war schon immer empfänglich für die darbringende Seite der Bénichon, die mich rührt. Man feiert die Tradition der Liebe zum Greyerzerland. Dies ist ein besonderer, ganz festlicher Moment, denn man serviert alles, was man hat.

Woher stammt Ihrer Ansicht nach diese Neubelebung früherer Köstlichkeiten, insbesondere des Bénichon-Menüs?

Ich denke, dass diese Rückkehr zur Tradition auf eine gewisse Orientierungslosigkeit, auf einen gewissen Verlust zurückzuführen ist. Es kommt Nostalgie an vergangene Zeiten auf, es ist wie ein verlorenes Paradies. Wir denken an die guten alten Zeiten zurück. Die Milch war gut, die Kühe hatten Hörner...

Wie erfinden Sie die Bénichon neu?

Die Bénichon als Produkt wird nicht neu erfunden. Niemand käme auf die Idee, Fisch zuzubereiten. Hingegen habe ich die Wildkräuter mit einbezogen. Zudem habe ich das Menü verdaulicher gestaltet. Da ich je nach Stimmung kochte, gab es nie zwei gleiche Bénichons. Es gibt Schwan-

kungen – „klangvolle Variationen“. Fast möchte ich – auch wenn ich nicht Musikerin bin – sagen, dass die Bouillon das „La“ ist. Für mich sind die Geschmacksnuancen sehr klangvoll, ich höre sie...

Ich bin eine sehr intuitive Person. Ich habe keine Rezeptblätter, sondern lasse mich inspirieren. Wenn man sagt, ein Gericht sei „gut“, so lässt sich das nicht erklären, es ist eine Empfindung. Die Kochkunst regt alle Sinne an. Es geht um eine Entdeckung, ein Treffen mit einem Produkt und dessen Geschichte, die es erzählt.

Wie erklären Sie sich die Vielfalt der Produkte aus dem Freiburgerland?

Es gibt diese tolerierte Üppigkeit und Art, sich eine Freude zu machen, wie man es sonst nirgendwo findet. Hier gibt es ein Terroir. Schauen Sie das Greyerzerland an, welche Magie! Nehmen Sie beispielsweise die berühmte Greyerzer Doppelrahm. Die Weiden sind in diesem Produkt gegenwärtig! In der Tradition des Kantons existiert aber auch eine sehr präsente Schlemmerei, eine kulinarische Sensibilität.



Produkte aus dem Bauernkamin

Es gibt mehrere Köstlichkeiten aus dem Bauernkamin wie den Schinken, den Freiburger Saucisson, den Speck und zahlreiche Würste. Die verschiedenen Fleischstücke werden im Bauernkamin aufgehängt. Diese Einsalzungs- und Räucherethode geht im Kanton Freiburg auf das Mittelalter zurück.

Diese Technik diente zu jener Zeit der Haltbarmachung. Heute wird diese Tradition fortgesetzt, doch mehr des köstlichen Geschmacks wegen, der den Produkten durch diese Methode verliehen wird. Es ist dem Know-how der Metzgermeister und der Liebe zur Freiburger Tradition zu verdanken, dass diese köstlichen Produkte aus dem Bauernkamin erhalten werden konnten – ein grosses Glück für alle Geniesser.

Geräucherter Schinken und Saucisson

Quelle:
Cuisine & traditions au Pays de Fribourg. Verlag La Sarine

Zutaten: 1 Schinken (4,5 bis 5 kg) im Bauernkamin geräuchert, sowie ein grosser Saucisson oder zwei kleine Saucissons, 1,5 bis 1,8 kg Kohl (vorzugsweise Grünkohl), 1 grosser Bund Suppengrün mit Lauch, Petersilie, Sellerie, eventuell Maggikraut, einige Karotten nach Belieben, Salz und Pfeffer

Zubereitung:

- Geräucherten Schinken während 1 bis 2 Tagen im frischen Wasser ziehen lassen. Am Vorabend oder am Morgen gut bürsten und mit Warmwasser spülen. Zum Entsalzen eventuell 30 Minuten kochen.
- Erstes Kochwasser wegschütten. Schinken mit dem Suppengrün und wenig Salz in einen grossen Kochtopf geben. Bei mittlerer Hitze während 20 bis 30 Minuten pro kg kochen.
- 1 Stunde vor Ende der Garzeit den vorher kurz abgebrühten Kohl und nach Belieben einige Karotten zugeben. Den Saucisson bei kleiner Hitze 40 bis 50 Minuten separat ziehen lassen. Den Schinken und den Saucisson in dünne Scheiben schneiden, auf einer grossen, vorgewärmten Platte anrichten und mit dem Gemüse garnieren.

Oft werden im Dampf gegarte Bohnen, bestreut mit Petersilie und Butterflocken, dazu gereicht. Sie gehören ebenfalls zum Bénichonessen.

Schinken aus dem Bauernkamin

Christophe Wicht aus Prez-vers-Siviriez stellt uns die sehr spezielle Herstellungsart des Schinken aus dem Bauernkamin vor.

Zuerst wird er trocken gesalzen. Anschliessend lässt man den Schweineschinken während 6 Wochen mit einer Salz-Kräuter-Mischung ruhen. „Es ist wichtig, dass die Salzung trocken erfolgt, damit das Fleisch seine Festigkeit und seine Authentizität behält“, erklärt der Metzgermeister.

Dann wird der Schinken im Waschraum von Hand gebürstet, um sämtliche Salzurückstände zu entfernen. Gleich daneben befindet sich der Reifungsraum. Hier wird der Schinken während einer Woche „reifen“.

Nun folgt die berühmte Räucher-Etappe. Während 3 Wochen werden ununterbrochen Buchen- und Tannenholzscheite verbrannt. Dabei steigt ein dichter Rauch in die höher gelegene Räucherammer des Bauernkamins (borne) auf, wo die Schinken hängen.

Ist der Schinken gesalzen, gebürstet, gereift und geräuchert, wird er während einiger Tage in einem Raum gelagert. Insgesamt bedarf es mehr als zehn Wochen, um diesen Schinken mit dem so besonderen Geschmack zuzubereiten.

Wie so manche Produkte der Bénichon kann man den Schinken aus dem Bauernkamin das ganze Jahr über essen. Ein Tipp des Spezialisten: „Zusammen mit einer guten Kohlsuppe stellt er eine ideale und köstliche Vorspeise dar“.

www.bouchers-fribourgeois.ch
www.terroir-fribourg.ch



Geniessen Sie die Spezialitäten aus dem Freiburgerland in den anerkannten Restaurants.

Gaumenfreuden und Genuss garantiert!

Anerkannte Restaurants



Hôtel Cailler - Charmey | **Hôtel de Ville** - Gruyères | **Hôtel de Ville** - Semsales | **La Gerbe d'Or** - Estavayer-le-Lac | **La Gypsera** - Schwarzsee | **Lac des Joncs** - Les Paccots | **Le Bateau** - Portalban | **Le Gothard** - Fribourg | **Le Lion d'Or** - Siviriez | **Le Tsalé** - Les Paccots | **Les Rosalys** - Les Paccots | **Restaurant Bären** - Kerzers | **Restaurant de la Fromagerie** - Pringy | **Schloss-Taverne** - Greng | **Schwarzsee-Stern** - Schwarzsee

www.terroir-fribourg.ch



Produits du Terroir
du Pays de Fribourg
Produkte aus dem
Freiburgerland

Die Poire à Botzi AOC (Büschelbirne)

Bei der Poire à Botzi AOC, die bestens zu einem Lamragout beim Bénichon-Menü passt, handelt es sich um eine typische Freiburger Sorte und um die erste Schweizer Frucht mit einer AOC Bezeichnung. Ihr Name stammt aus dem Dialekt „botset“, was so viel heisst wie „Büschel“. In der Tat wächst aus einer Knospe jeweils ein Büschel von bis zu fünf Birnen, teilt uns Michel Losey aus Sévaz, ein erfahrener Fachmann, mit.

Dass die Poire à Botzi AOC auch stark an die Bénichon gebunden ist, liegt daran, dass sie früher zur gleichen Zeit geerntet wurde, wie dieses grosse Herbstfest stattfand, also Mitte September. Jeder Bauer hatte seinen Büschelbirnenbaum in seinem Obstgarten und konnte so sein Bénichon-Menü mit diesen zarten und geschmackvollen Köstlichkeiten bereichern. Denn: Ihre überraschendsten Aromen gibt die Birne beim Kochen preis. Ihr Caramelschmack passt sowohl zu Hauptgerichten als auch zu Desserts.

Eine heikle Kultur

Nur rund zwanzig Bäuerinnen und Bauern der Region bauen diese Frucht an. Da die Büschelbirne stark von ihrer Umgebung geprägt wird, variiert ihr Geschmack von einem Ort zum anderen. So schmeckt eine Birne, die sich in der Nähe eines Waldes entwickelt, anders, als eine, die in der Nähe eines Rapsfeldes wächst. Diese Kultur benötigt sehr viel Pflege und Überwachung. Da sich die Reifezeit nur über wenige Tage erstreckt, ist die Ernte ein echter Lauf gegen die Zeit.

www.poire-a-botzi.ch



La Poire à Botzi AOC

Zutaten: 1 kg Büschelbirnen, 200 bis 250 g weisser Zucker, 2 dl Rowein, 2 dl Wasser, 1/2 Zimtstange, 8 bis 10 Gewürznelken

Zubereitung:

- Zucker und Wasser in eine weite Pfanne geben.
- Zu einem klaren Sirup kochen.
- Wein begeben und mit dem Sirup verrühren.
- Büschelbirnen, die Zimtstange und die Gewürznelken begeben.
- Auf mittlerem Feuer rund 30 Minuten (je nach Geschmack) kochen lassen.

Tipp:

Als Dessert mit Vanilleglace, mit Meringueschalen oder einer Creme, oder als Beilage zu Lammfleisch, Schinken oder Wildgerichten.

Pierre-André Ayer ist einer der vielen Freiburger Köche, der von Seinesgleichen geschätzt wird. In seinem Buch *Authentique* stellt er seine exquisite, raffinierte Kochkunst, die tief im Freiburgerland verwurzelt ist, perfekt dar. Hier ein leckeres Rezept mit der Büschelbirne, einem typischen Produkt der Freiburger Gastronomie.

www.fribourgregion.ch/gautmillau



Pierre-André Ayer



Chutney aus Poire à Botzi AOC

Zutaten: 1 kg Büschelbirnen „Poire à Botzi AOC“, 100 g Cassonade (brauner Rohrzucker), 100 g Zucker, 70 g Zwiebeln, gehackt, 10 g Ingwer, gerieben, 50 g Korinthen, 140 g Jerez-Essig, 20 g Tomatenkonzentrat, 6 g Salz, 1 Zimtstange, 1 Süssholzstange, 2 Knoblauchzehen gehackt, 100 g Vin cuit

Zubereitung:

- Birnen schälen und zerschneiden.
- Übrige Zutaten beifügen. Gut mischen.
- In Vakuumbuteln luftdicht verschliessen und über die Nacht im Kühlschrank ruhen lassen.
- Etwa 2 Stunden im Dampf garen. Beutel öffnen. Birnen und Saft trennen.
- Saft zu Sirup einkochen. Birnen begeben und fertig kochen.



Meringues und Greyerzer Doppelrahm

Als Dessert des Bénichon-Menüs passen die Meringues und der Greyerzer Doppelrahm bestens zusammen. In der Bäckerei Angelo Rime in Botterens werden Meringueschalen seit 1946 hergestellt. Diese werden nicht nur in der Region selbst äusserst geschätzt.

„An der Expo 64 in Lausanne waren die Meringueschalen erstmals sehr gefragt“, erklärt Marie-José Christmas, Tochter des Gründers. „Danach stellten wir nur noch Meringues her. Heute ist die Produktion mechanisiert. Früher aber schlug Papa die Eiweisse noch von Hand und spritzte die Meringues mit einem Dressiersack auf das Blech. Das Verfahren hat aber – ob manuell oder maschinell – keinen Einfluss auf den

Geschmack. Was zählt, ist die Qualität des Rohstoffs. Früher wurden Meringues hergestellt, um die restlichen Eiweisse zu verwerten, denn es wurde vor allem Eigelb für die Backwaren verwendet“.

Know-how ist wichtig

Die Zusammensetzung ist erstaunlich einfach. Meringueschalen enthalten bloss zwei Zutaten, nämlich Eiweiss und Zucker. Täuschen Sie sich aber nicht: Ihre subtile Herstellung erfordert grosses Können. Mit nur 50 Gramm Zucker pro Eiweiss sind die Meringueschalen von Botterens besonders leicht und luftig,

zugleich aber sehr brüchig. „Wir zerbrechen viele, aber das ist eben ihr Schicksal“, sagt Marie-José Christmas.

Mit ihrem perlmuttfarbenen Aussehen und ihrem knusprigen Innenleben kann die Meringueschale nature, mit Greyerzer Doppelrahm oder mit Früchten genossen werden. Je nach Geschmack passt sie auch bestens zu Glace oder Sorbet.

www.terroir-fribourg.ch



Die Gourmetpfade

Los geht es in die Freiburger Voralpen, in die Region von Les Paccots, die sich Winter wie Sommer für Naturliebhaber von ihrer schönsten Seite zeigt. Bereits als Wintersportort bekannt, wandelt sich das Dorf Les Paccots während der warmen Saison zum Wanderparadies. Mit einem umwerfenden Panorama, markierten Wegen und zahlreichen Alphütten und Restaurants bietet die Umgebung einen idealen Rahmen zur Entdeckung des Freiburgerlandes. Berghütten-suppe, Bergplättchen oder Meringues mit Greyerzer Doppelrahm sind nur einige der traditionellen Gerichte, die einem das Wasser im Mund zusammen laufen lassen.

Die Gourmetpfade bieten vier Varianten an, die eine Wanderung mit einer Verpflegung verbinden. Die verschiedenen Angebote bieten etwas für jeden Geschmack und jede Alterskategorie.

Der „**Kleine Gourmet**“: 1-stündiger Wanderweg ohne Schwierigkeit, besonders für Familien mit kleinen Kindern geeignet. Während des 5 km langen Wegs werden drei Haltemöglichkeiten vorgeschlagen.

Der „**Familienpfad**“: Auf diesem Familienpfad begegnen Sie Bauernhoftieren sowohl beim Chalet Incrota als auch bei der Alphütte „Petit Oiseau“. Ein Erlebnis für Gross und Klein.

Der „**Holzfallerpfad**“: Einziger Pfad, der keine Schlaufe bildet. Dieser 9 km lange Wanderweg eröffnet eine wundervolle Sicht auf den Genfersee, die Alpen und den Jura.

Der „**Panoramapfad**“ ist 13 km lang und damit der längste Wanderweg. Er liegt zwischen 1000 m und 1500 m ü.M. Zwei Berghütten und zwei Bergrestaurants empfangen die Wanderer für einen verdienten Halt.

Das Angebot „Von Alphütte zu Alphütte“ wird auch die begeistertsten Abenteuerer entzücken. Unterwegs auf dem Familien-Gourmetpfad haben Sie die Möglichkeit, auf der Alp und im Stroh zu übernachten.

www.les-paccots.ch

Angebot
Frische Luft Pauschale

Les Paccots
2 Tage reine Luft und Entspannung
1 Nacht im einfachen Hotel inkl. Frühstück, Entspannungsmassage, regionales Menü, Wanderkarte. Ganzjährig.
Weitere Unterkunfts-kategorien sowie Details zu den Angeboten und Reservation unter:
www.fribourgregion.ch/topangebote



Wein

Herzlich willkommen in den charmanten Weinbergen von Cheyres und Vully. Hier können Sie exquisite Weine im ländlichen Rahmen degustieren und dabei das angenehme Seeklima geniessen. Die Region um den Vully und den Murtensee ist auch für ihre Köstlichkeiten wie den Vully- und Nidelkuchen bekannt.



Zwischenhalt im Vully...

Etienne Javet

Präsident der Winzervereinigung des Vully,
Winzer, Lugnorre

29

... einer Region, die ebenso berühmt ist wie ihre Produkte, die angeboten werden. Der Weinberg des Vully liegt an den sonnigen Hängen des Mont-Vully, der den Murtensee überragt. Er liegt beidseitig der Grenze zum Kanton Waadt. Von den insgesamt 150 Hektaren Reben befinden sich deren 102 auf Freiburger Boden. Dort werden rund zwanzig Rebsorten angebaut, hauptsächlich Chasselas und Pinot Noir.

In dieser herrlichen Gegend bieten sich zahlreiche Aktivitäten an: eine Schiffsfahrt auf dem See, der Besuch einer der vielen Weinkeller der Region entlang des Weinlehrpfads oder der Gourmetpfad, ein kulinarischer Spaziergang, der alljährlich Ende Juni durchgeführt wird.

Etienne Javet, wie lautet Ihre Philosophie?
Qualität, Qualität und nochmals Qualität. Wir möchten noch mehr vinifizieren und

alles, was wir produzieren, einkellern. Wir möchten uns von den anderen abheben, die Qualität ständig verbessern, den Wein mit verschiedenen Techniken immer ausgeglichener bearbeiten, wie dies in der biodynamischen Landwirtschaft der Fall ist.

Erzählen Sie uns von Ihren Weinen...

Wir versuchen, sanfte, ausgeglichene Produkte herzustellen. Insbesondere unser Chasselas „l'Origine“, ein klassischer Wein, wird anders ausgearbeitet. Die Trauben werden reif, beinahe überreif, geerntet und dann ganz auf der Hefe ausgebaut (Hefesatzlagerung). Der „L'autre Terre“, ein im Eichenfass ausgebaute Pinot Noir entspricht mehr dem Typ Wein, den ich verfolge. Es handelt sich um einen gehaltvolleren Wein. Wie immer braucht es ein Gleichgewicht zwischen Körper und Eleganz. Dieser Wein passt gut zu rotem Fleisch, zum Beispiel Schweizer Bison, denn mit

seinen fruchtigen und holzbetonten Noten verhilft er dem Gericht zu mehr Komplexität.

Welchen Stellenwert hat das Terroir Ihrer Ansicht nach?

Die Leute haben die vom Grosshandel angebotenen Produkte satt. Sie wünschen Authentizität auf ihren Tellern. Besonders in Freiburg, wo das Terroir stark verankert ist. Dies zeigt sich in der grossen Vielfalt des Angebots im ganzen Kanton.

www.levully.ch
www.vin-vully.ch



AOC-Wein von Cheyres

Der Weinberg von Cheyres liegt am Ufer des Neuenburgersees und erstreckt sich über 14 Hektaren. Er liegt als einziger Rebberg ganz im Kanton Freiburg und ebenfalls als einziger am südlichen Seeufer. In dieser Region herrscht ein Mikroklima, das für den Weinanbau besonders gut geeignet ist. In Cheyres wird seit jeher Weinbau betrieben und zieht heute viele Touristen an wegen der Nähe zum See und zum Naturschutzgebiet Grande Cariçaie. Damit ist das grösste Seeuferfeuchtgebiet der Schweiz gemeint, in dem etwa ein Viertel der einheimischen Tier- und Pflanzenwelt zu finden ist.

Der Winzerverein Broye

Zum Winzerverein Broye gehören 25 Mitglieder, die auf 10 Hektaren Reben kultivieren. „Von dieser Grösse kann man nicht leben. Die Winzer machen das aus Leidenschaft“, erklärt Roland Pillonel, Geschäftsführer des Vereins. Zweimal pro Woche öffnen sie ihren Keller, um ihre feinen Tropfen vorzustellen; hauptsächlich Chasselas und Pinot Noir. Der Verein bietet auch Spirituosen aus regionalen Früchten an, u.a. Quitte, Büschelbirnen „Poire à Botzi AOC“ und Mirabellen.

Besonders originell

Der Wein „Grivevin“ hat es Roland Pillonel besonders angetan: „Eine Komposition aus Pinot Noir, Gamaret und Garanoir, der mehrere Monate im Eichenfass ausgebaut wird. Er bringt alle typischen Aromen der Region zusammen. Dabei sprechen wir nicht von Spezialität, sondern lieber von Originalität.“

www.advb.ch

Angebot Aktiv am Wasser

Murten
Genuss pur im Drei-Seen-Land!
2 Nächte im Hotel** inkl. Frühstück und zwei Aktivitäten zur Auswahl: Fahrradrente (1 Tag), Besuch Papillorama, Drei-Seen-Schiffahrt (gemäss Fahrplan). Gültig: 01.04.-30.10.
Weitere Unterkunfts-kategorien sowie Details zu den Angeboten und Reservation unter:

www.fribourgregion.ch/topangebote



Der berühmte Vully-Kuchen

Diese Spezialität ist so berühmt, dass man in ihrer Herkunftsregion schlichtweg vom Kuchen spricht. Historisch gesehen ist es schwierig herauszufinden, wann und wie dieses Gebäck entstanden ist. Über die Jahrzehnte wurden mehrere Rezepte von den Müttern an die Töchter weitergegeben. Traditionsgemäss bereiten Vereine diese Kuchen für grosse Ereignisse zu. So treffen sich der Frauenverein oder der Nähverein am Gemeinschaftsofen, um über Nacht hunderte dieser Kuchen zu backen.

Verschiedene Arten

Ursprünglich ist der Vully-Kuchen eine süsse Spezialität, doch existiert er in mehreren Varianten: Salzig, mit Speck, Kreuzkümmel oder Mandeln, wie er in der Bäckerei Guillaume in Sugiez zubereitet wird. „Die Zubereitungsart ist grundsätzlich sehr genau. Die Zeit des Gehenlassens des Teigs sowie die Backzeit müssen eingehalten werden“, erklärt Gilles Guillaume. Und damit das Rezept dem authentischen Kuchen am nächsten kommt, gilt es, gewisse Regeln zu respektieren. „Wir bringen mit den Fingern Löcher im Teig an, die wir „puits d’amour“ (Liebesgruben) nennen“.

Der Vully-Kuchen lässt sich unbeschränkt mit einem Glas Traminer aus dem Vully-Gebiet geniessen.

Der Nidelkuchen, die Spezialität aus Murten

Der Nidelkuchen ist ein Rahmkuchen, dessen Herstellung einzigartig ist. Diese Backware wird exklusiv in der Bäckerei Aebersold, im Herzen von Murten, hergestellt. Seit drei Generationen ist diese Familie um Qualität und Schlichtheit dieses Kuchens besorgt.



Herstellung

Die Besonderheit des Nidelkuchens besteht darin, dass nicht weniger als fünf Lagen Rahm auf einen leichten Hefeteig geschichtet werden. Die ersten drei Schichten sind säuerlich und süss und werden während des Backens zugegeben. Die so entstehende Caramelschicht wird weich, sobald die letzten zwei Schichten Doppelrahm aus dem Greyerzerland beigegeben werden. Diese gekonnte Mischung macht diesen Kuchen zu einer schmelzenden und rahmigen Köstlichkeit.

www.nidelkuchen.ch



Fisch

In der FRIBOURG REGION gibt es zahlreiche Seen, wie etwa den Murten- und Neuenburgersee. Ein Fischer und Koch entführt Sie auf eine Gastrotour durch die Region. Auch die Flüsse lassen nichts zu wünschen übrig: In zwei Fischzuchten können Sie gleich selber schmackhafte Regenbogenforellen fischen.



Fischzucht im Gottéron-Tal

Im Gottéron-Tal, das den Freiburgern wegen seiner Geschichtsträchtigkeit und aparten Szenerie am Herzen liegt, finden Sie eine ganz spezielle Ambiance. Nur einen Katzensprung von der Freiburger Altstadt findet sich hier ein wunderschöner Ort zur Entspannung und zum Abschalten. Sogar Gämsen, die sich in den Felsen angesiedelt haben, können beobachtet werden. Mehrere Wanderwege führen am Ufer des Gottéron-Bachs entlang. Idyllische Plätzchen zwischen Holztreppen und Stegen bieten sich in der Schlucht für ein Familienpicknick an. In diesem Tal, das Sie mit offenen Armen empfängt, finden Sie auch Jacques Bossy und seine Fischzucht.

Er betreibt die Anlage bereits in der dritten Generation und züchtet vor allem Regenbogenforellen. Die Forellen aus dem Gottéron-Tal gibt es ganz und filiert, frisch und geräuchert. Die möglichen Zubereitungsarten sind unbegrenzt. Von allen Rezepten auf seiner Webseite empfiehlt Züchter Bossy ganz besonders sein Lieblingsrezept, die Forelle blau (s. Kasten). „Oder in der Folie mit etwas Weisswein, Butter und einer Gemüse-garnitur – ein Genuss!“ schwärmt Bossy.

Seit kurzem kann man die Forellen auch selber angeln. Für Einsteiger stehen ein Teich und Fischerruten bereit. Die Forelle können Sie dann an einem der vielen Picknickplätze am Weg gleich selber zubereiten.

www.pisciculturedugotteron.ch



Forelle blau

Für 4 Personen

Vorbereitung: 15 Min.

Kochzeit: 40 Min.

Zutaten: 4 Forellen, 4 dl Weisswein trocken, 1 dl Essig, 2 Karotten, 3 Zwiebeln, 2 Knoblauchzehen, 1 Bund flache Petersilie, 40 g Gerausalz, Pfeffer

- Fisch vom Händler ausnehmen lassen.
- Karotten schälen und in Rädchen scheiden. Zwiebeln und Knoblauchzehen schälen und hacken.
- Wein mit 4 dl Wasser in Kochtopf geben.
- Karotten, Zwiebeln, Knoblauch, Petersilie und 20 g Gerausalz und Pfeffer begeben. Aufkochen.
- 30 Min. kochen lassen. Sud absieben und auskühlen lassen.
- 20 g Gerausalz in kleiner Pfanne im Essig auflösen.
- Aufkochen und beiseite stellen.
- Forellen in Pfanne legen. Mit siedendem Essig überschütten. Ausgekühlten Sud begeben.
- Auf kleine Hitze zurückschalten und 10 Min. köcheln lassen.
- Forellen abtropfen lassen. Auf Platte anrichten und mit gedämpftem Broccoli, Zitronenscheiben und einer Butter-Zitronen-Sauce servieren.

Wir wollen Regionalprodukte. Die Echten.



Der Murtensee

Der am Fusse des Mont-Vully gelegene und von Reben und charmanten Ortschaften umgebene Murtensee ist postkartenreif. An diesem Ort finden zahlreiche Berufs- oder Amateurfischer ihr Glück.

Sobald es ihm das Wetter erlaubt, lichtet Yves Lauper den Anker in Praz. Mit mehreren Fischerruten und unterschiedlichen Angelhaken ausgerüstet hält er Ausschau nach Fängen. „Hier fischt man vor allem Egli, Hecht und Zander. Das sind zum Essen auch die besten“, sagt Yves Lauper. Das Eglifilet, das von zahlreichen Restaurants am Seeufer angeboten wird, bleibt die Spezialität der Region.

Yves Lauper ist sich bewusst, dass es ein echtes Glück ist, frisch gefangenen Süswasserfisch essen zu können. „Nicht nur die Frische ist so garantiert, sondern das Fleisch ist so zart, dass es mit der Gabel zertrennt werden kann. Sind die Fische kleiner, können diese frittiert werden, das ist zum Aperitif herrlich“, freut er sich. Yves Lauper, der seit frühester Kindheit im See fischt, fasziniert vor allem die Stille und die Schönheit seiner Lieblingssorte, die Reben, der Blick auf die Berge.

www.murtentourismus.ch

Eglifilet nach Müllerinnen-Art mit Mandeln

Für 2 Personen

Zubereitungszeit: 10 Min.

Kochzeit: 5 Min.

Zutaten: 200 g frische Eglifilets, Mehl, Bratöl, wenig Butter, 1 dl guter Weisswein, 1 KL sehr fein gehackte Schalotte, 50 g Butter, wenig Zitronensaft, Salz und Pfeffer, 4-5 EL gehobelte und geröstete Mandeln, Zitronenschnitt zur Dekoration, Petersilie

Kontrollieren, dass die Fische gerätefrei sind. Filets mit Haushaltspapier trocknen, leicht salzen und pfeffern und im letzten Moment bemehlen. Restliches Mehl abklopfen. In einer Bratpfanne wenig Öl und etwas Butter gut erhitzen. Filets zuerst mit der Hautseite anbraten, Temperatur reduzieren und auf kleinem Feuer pro Seite 2 Minuten anbraten (Bratzeit hängt von der Grösse der Filets ab. Die Filets dürfen nur leicht Farbe annehmen). Filets nicht abtrocknen.

Filets aus der Pfanne nehmen und in Alufolie eingewickelt im vorgewärmten Ofen bei 100 °C warm halten. Verbleibendes Fett bis auf einen kleinen Rest aus der Pfanne nehmen, dann Schalotte kurz andünsten, ohne dass sie Farbe annimmt, lassen und mit Weisswein ablöschen. Wenig Zitronensaft (je nach Belieben) zugeben und auf ¼ einkochen lassen. Butter beigeben und zu einer schönen Sauce mischen. Filets anrichten, mit Butter bedecken und alles mit den gehobelten, gerösteten Mandeln und wenig Petersilie bestreuen. Und schon ist angerichtet!



Willkommen im grössten Naturspezialitätenladen der Westschweiz. Diese Labels garantieren Ihnen Regionalprodukte mit zertifizierter Herkunft. Alle Erzeugnisse und Produzenten finden Sie auf www.paysgourmand.ch



Estavayer-le-Lac

Die lokale Gastronomie wird von Claude Maillard, Koch in Estavayer-le-Lac, vertreten, der die verschiedenen regionalen Produkte zu schmackhaften Gerichten zu verarbeiten weiss. Zu seinen Spezialitäten gehören köstlich munde Fische aus dem See, begleitet von Spargeln aus dem Vully und einem weichen Cheyres AOC-Wein - eine authentische kulinarische Reise im Herzen der Drei-Seen-Region.

Entdecken Sie das charmante mittelalterliche Städtchen Estavayer-le-Lac, dessen historisches Zentrum zum Flanieren einlädt. An den zahlreichen Stränden des Neuenburgersees lassen sich ferner eine ganze Reihe von Wassersportarten ausüben.

www.estavayer-payerne.ch



Claude Maillard

Felchenfilet aus dem Neuenburgersee, Spargeln vom Vully, Kapern und getrocknete Tomaten, Sauce mit Weisswein von Cheyres

Pür 4 Personen

4 Felchenfilets, zubereitet und in Stücke geschnitten
Garnitur: 1 kg grüne Spargeln von Vully, 2 EL Kapern, 8 Schnitze getrocknete Tomaten an Olivenöl, 1 rohe Tomate geschält, entkernt und geschnitten, 100 g Butterschmalz, Gewürz

Sauce: 2 Schalotten, wenig Butter, 2 dl Weisswein „Cheyres“, vierfarbige Pfeffermischung, 1 dl Fischfond, 2 dl Vollrahm

Zuerst Schalotten und Pfeffermischung in der Butter andünsten. Mit Weisswein ablöschen. Fischfond beigegeben. Bei kleiner Hitze um $\frac{3}{4}$ einkochen. Rahm beigegeben. Bis zur gewünschten Konsistenz einkochen. Absieben und beiseite stellen. Kurz vor dem Anrichten Sauce mit etwas Weisswein und Rahm abschmecken.

Spargeln im Salzwasser gar kochen. Auskühlen lassen und Spitzen beiseite stellen.

Felchenfilets in Antihaft-Bratpfanne mit Butterschmalz braten.

3 Minuten auf der Hautseite, dann 1 Minute auf der Fleischseite.

Im letzten Moment Spargeln, Tomaten und Kapern in Bratpfanne mit etwas Butterschmalz anbraten. Teller mit etwas Sauce anrichten, Fisch und Garnitur sorgfältig darauf legen. Rest der Sauce dazu servieren.

Zusammen mit einem Püree aus Charlotte-Kartoffeln und Olivenöl kommt der exquisite Geschmack dieses Gerichts so richtig zur Geltung. Dazu passt ein Glas Chasselas von Cheyres oder Pinot Gris vom Freiburger Vully.



Die Fischzucht des Greyerzerlandes

In Neirivue, im wundervollen Intyamontal, herrschen für die Fischzucht des Greyerzerlandes optimale Voraussetzungen für ein gemütliches Zusammensein im Kreise der Familie. Ein idyllischer Rahmen, qualitativ hochstehende Forellen und die Möglichkeit, seinen Fisch selbst am Fischteich zu fangen – was will man mehr? Der von Albert Bossy in einen natürlichen Rahmen eingebettete Teich ist der ideale Ort für Fischereiliebhaber und lockt immer mehr Amateure an. Das Angelzeug wird vor Ort zur Verfügung gestellt.

Das Fischereivergnügen setzt keine besonderen Fähigkeiten voraus und eignet sich sogar für Anfänger. Es braucht bloss etwas Geduld und Beharrlichkeit und die

Sache ist geritzt. Anschliessend geht es darum, seine Forellen von einem der Restaurants der Region zubereiten zu lassen. Neben den ganzen Forellen gibt es auch frische oder geräucherte Forellenfilets, geräucherte Lachsforellen sowie Seesaiblinge, doch in weniger grossen Mengen.

Es ist der Quellwasserqualität zu verdanken, dass die Fischzucht einen derartigen Ruf genießt. Die Qualität schlägt sich im festen Fleisch und dem köstlichen Geschmack der Forelle nieder.

„Nach Müllerinnen-Art, gedünstet in der Folie, blau oder grilliert, es gibt tausend Zubereitungsarten“, so Albert Bossy. Der Spezialist verrät einen kleinen Trick: „Vergessen Sie nie, das Alupapier einzufetten,

wenn Sie die Forellen in der Folie dünsten, denn so wird verhindert, dass die Haut kleben bleibt“.

www.pisciculture-gruyere.ch

Angebot Seesspass

Estavayer-le-Lac Ideal für Wasserratten!

1 Nacht inkl. Frühstück, eine Wassersportaktivität nach Wahl (Ausstattung wird zur Verfügung gestellt) und eine Stunde Pedalofahren, Willkommens-Drink. Gültig: 01.05-30.09. Weitere Unterkunfts-kategorien sowie Details zu den Angeboten und Reservation unter:

www.fribourgregion.ch/topangebote



Schokolade

Schokolade, die süsse Verführung par excellence, lässt weltweit keinen Schlemmer kalt. Dass Schweizer Schokolade heute solchen Ruhm genießt, hängt an der ständigen Sorge um die Qualität, sowie an der Kreativität der zahlreichen Schoggi-Pioniere. Das sind Werte, die bis heute andauern und im ganzen Kanton gefunden werden können. Und dies sowohl bei Grossfirmen wie Cailler und Chocolat Villars, als auch bei den kleineren Chocolatiers.

Chocolat Villars

Die Fabrik Chocolat Villars liegt den Freiburgerinnen und Freibürgern sehr am Herzen. Die im Jahr 1901 durch Wilhelm Kaiser gegründete Schokoladenfabrik trägt den Namen der Gemeinde Villars-sur-Glâne, wo die Fabrik früher angesiedelt war. Mehr als 100 Jahre Tradition und Know-how machen den Erfolg dieser Schokoladenfabrik aus, die eine der letzten herkömmlichen Schweizer Schokoladenfabriken der gehobenen Klasse ist.

Regionalität wird hochgehalten

Das Villars-Schokoladensortiment bevorzugt die typischen Produkte der Schweizer und Freiburger Gastronomie. Neben der guten Schweizer Milkschokolade gibt es auch verschiedene Schokoladentafeln mit Bretzeli, Vin cuit, Lebkuchen oder auch dem leckeren Doppelrahm aus dem Greyerzerland.

Die Fabrik, die ihren familiären Charakter behalten hat, erlaubt nicht nur, eine gewerbliche Philosophie zu verfolgen, sondern auch im Bereich der Innovation schnell zu reagieren, was seit jeher einen der Haupttrümpfe der Fabrik darstellt. Herr Kaiser war der Schöpfer der ersten Likör-Schokoladentafel. Heute bleibt die Innovation eine Priorität – es entstehen regelmässig neue schmackhafte Kreationen. Beispiele dafür sind die erste Schokolade mit Kaffee-Crisps oder die erste Trinkschokolade aus dem Greyerzerland.

Im Fabrikladen der Chocolaterie haben Sie die Möglichkeit, in einem authentischen Umfeld einen Kaffee zu geniessen.

www.chocolat-villars.ch
www.freiburgtourismus.ch

Angebot Produkte aus dem Freiburgerland

Sind Sie interessiert an Produkten aus dem Freiburgerland? Bestellen Sie jetzt online unter e-terroir.ch!
Hier können Sie sich von den Köstlichkeiten des Kantons verzaubern lassen:

www.e-terroir.ch





Im Herzen der Schokolade

Treten Sie ein in die wundervolle Welt der Maison Cailler in Broc. Die Show „Es war einmal“, lädt zu einer Reise durch Raum und Zeit ein, die sämtliche Sinne anregt. Gleich zu Beginn weg begleitet eine sehr besondere Atmosphäre die Besucherinnen und Besucher auf ihrer Zeitreise durch eine Porträtgalerie der grossen Pioniere der Schokoladenfabrik.

Von Musik begleitet befördert der Lift die Besucherinnen und Besucher in eine abenteuerliche Zeit. Neun Säle erzählen von der bewegten Zeit der Schokolade, angefangen von den Aztekentempeln über die Französische Revolution bis hin zu den Weiden des Greyerzerlandes. Spektakuläre Licht- und Soundeffekte halten die Besucher in Atem

und lassen ihn die jeweilige Zeit aufleben. Es fallen die grossen Namen der Schokoladengeschichte, vorab von François-Louis Cailler, dem Gründer der Marke, gefolgt von Peter, Kohler oder Nestlé. Ihnen allen ist es zu verdanken, dass aus der Milchschokolade eine Schweizer Spezialität wurde. Der Aufschwung der Fabrik, die Entwicklung des Sortiments im Laufe der Jahrzehnte führt die Zuschauerinnen und Zuschauer in die Gegenwart, ja sogar in die Zukunft. Das „Chocolate Center of Excellence“ wird vorgestellt, ein Forschungs- und Entwicklungszentrum der neuen Generation, das die weltweit besten Fachkräfte im Schokoladensektor vereint und als Plattform dient, um neuartige Kreationen zu schaffen.



Entlang der grossen Produktionslinie kann die Schokoladenherstellung vom Rohstoff bis zum Endprodukt verfolgt werden. Säcke mit Kakaobohnen, Haselnüssen und Mandeln verleiten die Besucherinnen und Besucher dazu, die Rohstoffe zu berühren. Man sieht auch Milchkanen, alle mit den Namen der Produzenten aus der Region und der Herkunft der Cremigkeit der Milchschokolade Cailler versehen. 56 Bäuerinnen und Bauern tragen dazu bei, dass das Greyerzerland zur Seele von Cailler wird. Anschliessend kann direkt der Herstellung des berühmten Cailler Branchli beigewohnt und dieses auch degustiert werden. Auf dem interaktiven, audiovisuellen Rundgang entdecken Sie die Geheimnisse der Schokoladenherstellung. Als krönender Schluss erwartet Sie eine Degustation der wichtigsten Erzeugnisse von Cailler – eine wahre Gaumenfreude!

Ihr Besuch führt Sie ausserdem am Atelier du Chocolat vorbei, wo Sie kreative Rezepte feinsten Schokoladenkreationen entwerfen können. Mehrere Workshops bieten Ihnen

Gelegenheit, Ihre eigenen Kreationen in einem professionellen Rahmen anzufertigen und nach Hause zu nehmen. Anmeldungen sind unter www.cailler.ch möglich, wo auch das Programm ersichtlich ist.

Einige Kennzahlen zur Maison Cailler in Broc:

- Gründung der Firma Cailler im Jahre 1898 im Herzen des Greyerlandes.
- Cailler stellt jährlich zwischen 16 und 18 Millionen Kilogramm Schokolade her, davon beinahe 60 % für den Export.
- 11 Millionen Liter Milch.
- 5 Millionen Kilogramm Kakaobohnen.
- Tiefe Verbundenheit mit dem Greyerzerland. Neben der Zusammenarbeit mit den Bäuerinnen und Bauern der Region hebt die Ausstellung die lieblichen Landschaften der Freiburger Alpen hervor.

Der Schokoladenzug

Herzlich willkommen an Bord des Schokoladenzugs, der Sie in das Greyerzerland mit seinen Köstlichkeiten entführt. Neben dem Schloss von Greyerz sollten Sie sich den Besuch der Schaukäserei Greyerz und der Schokoladenfabrik Cailler nicht entgehen lassen. Geniessen Sie diesen abwechslungsreichen und emotionsreichen Ausflug.

www.mob.ch

Schokoladen-Ateliers



Im Herzen der Unterstadt von Freiburg, in einem für sein reiches Handwerk aus vergangenen Zeiten bekannten Quartier hat John Lehmann seine Schokoladenwerkstätte errichtet. Sobald man die Türe öffnet, wird man von Schokoladenduft umhüllt. Seine dekorierte, farbenfrohe Werkstätte vermittelt Kreativität und Geselligkeit.

Als gelernter Konditor-Confiseur hat John Lehmann sein eigenes Geschäft eröffnet, „um sich eine Freude zu machen“. Zusammen mit Romain Leeman, seinem brillanten Angestellten, arbeitet er mit erstklassigen Zutaten und kreiert immer verlockendere Rezepte.

Obwohl sich das Sortiment klassisch gestaltet, ist es schwierig, sich zwischen den Schokoladenmandeln, den verschiedenen Truffes und anderen gefüllten Amarettis zu entscheiden.

Ein Geheimtipp? „Le moelleux au chocolat...“, auch wenn all unsere Produkte Geheimtipps sind“, antwortet John Lehmann. Tatsächlich steht dieser explosive Schokoladengeschmack in perfektem Gegensatz zur schmelzenden Struktur, was dieses Biskuit zu einem puren Genuss macht.

Man findet auch Schokoladenpralinen in verschiedenen Geschmacks-

richtungen: Tee, Gewürze oder Nüsse. Es hat etwas für jeden Geschmack. Zahlreiche Schokoladenspezialitäten erinnern an exotische Geschmacksrichtungen. Im Sortiment finden sich aber auch typische Produkte aus der Region wie zum Beispiel die köstlichen Geleefrüchte „Vin cuit-Birne“.

Das Besondere an dieser Werkstatt ist, dass praktische Workshops sowohl für Erwachsene als auch für Kinder angeboten werden. Sie haben die Möglichkeit, ihre Kreation vor Ort herzustellen und nach Hause zu nehmen. Ausserdem werden Degustationsseminare rund um fesselnde Themen wie die Geschichte der Schokolade oder die fünf Sinne angeboten! Geniesser aufgepasst!

Wozu passt Schokolade am besten? „Zu guter Laune“, antwortet unser Konditor ganz einfach.

www.patisserie.ch

e-terroir.ch

DAS TERROIR VOR IHRER TÜR

AUF DER SUCHE NACH AUTHENTIZITÄT?





Märkte

Entdecken Sie das geschäftige Treiben auf den Märkten von Freiburg und Bulle, geniessen Sie die angeregte Atmosphäre und die köstlichen Produkte aus FRIBOURG REGION. Auf dem Weg ins Seeland, dem Gemüsegarten der Schweiz, können Sie eine Mosterei und eine Kelterei besuchen. Schliesslich lädt eine gewerbliche Bierbrauerei zur Degustation ihrer köstlichen Getränke ein.

Märkte

Es gibt ihn noch, den Ort, der vom Alltagsstress verschont ist: der Markt. Hier nimmt man sich Zeit. Zum Markt gehen heisst flanieren, Begegnungen und Austausch geniessen. Man lächelt sich zu und tauscht Meinungen und Rezepte aus.

Zu jeder Jahreszeit strahlen die Stände in tausend Farben. Auf dem Markt wird (fast) alles gegessen. Und alles ist erlaubt: anrühren, befühlen, probieren, feilschen, um Rat fragen. Die Händler kennen ihre Ware in und auswendig und freuen sich, Sie zu beraten und auf neue Ideen zu bringen.

Zur dieser ganz speziellen Marktstimmung gehört auch, dass sich Kunden und Händler nahe kommen. So erlebt von diesem Gemüsehändler: „Die Leute stellen viele Fragen. Vor allem zur Herkunft der Produkte. Sie möchten, dass diese zurückverfolgt werden können und ihr Tellerinhalt eine Geschichte hat. Und wir hören gut zu. So habe ich z.B. Rucola in mein Sortiment aufgenommen, weil er oft gewünscht wurde.“

Fribourg

Jede Woche finden in der Stadt drei Märkte statt. Am Samstagvormittag auf der prächtigen Place de l'Hôtel de Ville im geschichtsträchtigen Bourg-Quartier. Etwa 70 Händler, im Wesentlichen lokale Produzenten, sind zugegen. Wagen und Stände aller Grössen stehen dort nebeneinander und bis weit in die Grand-Rue hinein, einem weiteren

baulichen Juwel der historischen Altstadt. „Dank dem Markt hat die Grand-Rue ihren ursprünglichen Status wiedergefunden: eine belebte Hauptgasse, in der sich die Einwohner gerne treffen“, freut sich eine Anwohnerin.

Am Mittwochmorgen finden zwei weitere Märkte in der Stadt Freiburg statt: Lassen Sie sich von der magischen Stimmung auf dem Georges-Python-Platz oder an der Rue du Simplon verzaubern.

Bulle

Jeden Donnerstag stellen bis zu 150 Händlern ihren Stand auf dem Marktplatz zwischen Schloss und Kirche St-Pierre-aux-Liens auf. Regionale Landproduzenten teilen sich den Platz im wohlklingenden Chaos mit Töpfern und Buchhändlern. Im Sommer stösst der Folkloremarkt dazu und verdoppelt die Anzahl der Stände. Dann kommt das Stadtzentrum so richtig zum Brodeln. Beim Klang musikalischer Darbietungen schlendern die Besucher in Massen zwischen den vielfältigen und farbigen Ständen hindurch. Gute Stimmung garantiert!

www.fribourgregion.ch/markt

Angebot Rund um's Wasser

Fribourg

1 Nacht im Hotel*** inkl. Frühstück, Material für Brunnenspiel, gratis Mineralwasser für eine Mahlzeit, ökologisches Andenken, freie Fahrt mit den städtischen Verkehrsmitteln. Ganzjährig an den Wochenenden und von Juli-August täglich. Weitere Unterkunfts-kategorien sowie Details zu den Angeboten und Reservation unter:

www.fribourgregion.ch/topangebote

Die Mosterei Vulcain

Eine andere Art, die Fruchtaromen zu verfeinern

In Le Mouret führt Jacques Perritaz die gewerbliche Mosterei Le Vulcain. Den ausgebildeten Biologen hat seine Leidenschaft für die Weinkunde zur gewerblichen Herstellung seines eigenen Mosts bewegt. Das Ziel der Mosterei ist klar: die lebendigen Fruchtaromen zu verfeinern und die Vielfalt des Freiburgerlandes in einem geschmackvollen, erfrischenden Getränk zum Ausdruck zu bringen.



Jacques Perritaz besorgt sich seine Äpfel, Birnen und Quitten in unbehandelten Obstgärten der Region. Man findet alte Sorten, die oft verkannt werden, wie zum Beispiel der Sauergrauech, die Midolette oder die Pomme de Fer. „Ich möchte diese etwas vernachlässigten Sorten wieder aufleben lassen und bekanntmachen“, sagt der Spezialist.

Die Moste gibt es in mehreren Cuvées mit den zarten Namen „Premiers Émois“ oder „Trois Pépins“. Die typische Cuvée, zugleich die Favoritin von Jacques Perritaz, ist die „Transparente“: Sie ist ausdrucksstark und intensiv und eignet sich gut für ein Aperitif.

Ein kleiner Tipp des Experten: Statt Weisswein Most für das Fondue verwenden. Es wird dadurch leichter.

www.cidrelevulcain.ch

Die Mosterei von Belmont

In Montagny-la-Ville, in der Broye, kann man seine eigenen Äpfel zur Presse bringen und ein herrliches Getränk herstellen lassen. Apfel-, Birnen oder Quittensaft sind für André Pauchard, der die Presse bewirtschaftet, nichts Geheimnisvolles mehr.

Der Spezialist, der auf die Qualität der Rohstoffe achtet, rät, die Äpfel direkt am Baum zu ernten. Dadurch wird der Apfel nicht beschädigt. Für den Apfelm most beispielsweise gibt es keine Sorte, die sich

besser eignen würde als eine andere. Er rät, die Sorten zu mischen, damit unter anderem ein interessantes Gleichgewicht zwischen Säure und Süsse entsteht.

Die Presse von Belmont und die umgebenden Obstgärten empfangen auch zahlreiche Besucher. „Es sind Schulen oder auch Einzelpersonen, die der Verarbeitung beiwohnen“, schliesst André Pauchard.

www.belmont-fruits.ch

Das Seeland

Das Seeland ist eine breite Talebene inmitten der Drei-Seen-Region. Ein Teil davon befindet sich ganz im Norden Freiburgs. Dank seines fruchtbaren Bodens und seines angenehmen Klimas wird das im Gemüsebau spezialisierte Seeland auch „Gemüsegarten der Schweiz“ genannt. Der zu Fuss oder mit dem Velo begehbare Gemüsepfad führt an Hecken und Kanälen entlang. Über 60 Gemüsearten werden in dieser wunderbaren Region angebaut, darunter Rhabarber und Spargel, zwei Nahrungsmittel, die im Frühjahr herrlich duften.

Der Rhabarber

Der Anbau dieser Pflanze, die von den Botanikern der Gemüsegruppe zugeordnet wird, gehört zu den unumgänglichen Spezialitäten der Produzenten des Seelands. Es gibt sechs oder sieben Rhabarbersorten, darunter jene des Vully.

Die Ernte, welche ganz von Hand erfolgt, ist zwei Mal möglich, nämlich anfangs April und daraufhin von Mai bis Mitte Juni. „Der in der ersten Zeitspanne geerntete Rhabarber ist oft weniger säuerlich und weniger faserig. Die Farbe hat absolut nichts mit dem Geschmack zu tun. Die Leute denken, dass der Rhabarber mit zunehmender roter Farbe an Säure verliert. Das ist falsch!“, erklärt Alexandre Javet.

Traditionsgemäss wird der Rhabarber als Kuchen oder Kompott gegessen. Er lässt sich aber auch sehr gut mit salzigen Gerichten zubereiten. Das Lieblingsgericht von Alexandre Javet? „Das Rhabarber-Tiramisu. Das Gleichgewicht zwischen dem Mascarpone und der Säure des Rhabarbers ist einfach Klasse!“

Die Spargeln

Es gibt mehrere Sorten. Im Seeland werden aber hauptsächlich weisse Spargeln angebaut. Sie wachsen vollständig unter dem Boden, was ihnen den feinen Geschmack verleiht. Auf dem Gemüsepfad werden Sie automatisch an den Spargelfeldern von Beat Notz, dem Landwirt in Kerzers, vorbeikommen.

„Die weissen Spargeln sind eine Spezialität des Dorfs. Viele Besucher aus Neuenburg oder Bern kommen bis

hierher, um unsere Spargeln zu essen“. Gibt es Tipps, um den Geschmack der Spargeln zu verfeinern? „Spargeln, die am Abend gegessen werden, müssten idealerweise am Morgen des gleichen Tags geerntet werden. Auch die Kochzeit ist sehr wichtig. Die Spargeln werden 12 Minuten in kochendes Wasser gegeben und dann vom Feuer gezogen. Anschliessend bleiben sie rund 10 Minuten im Wasser. Schwimmen sie nicht mehr an der Oberfläche, sind sie genussbereit“. Zusammen mit einer Sauce hollandaise sind sie ein wahrer Genuss.



Das traditionell hergestellte Bier

In der ganzen Gegend schiessen gewerbliche Brauereien aus dem Boden. Eine davon ist die „Brasserie de la Samaritaine“ in der Unterstadt von Freiburg, wo uns Alain Morand empfängt. „La Dzodzet“, das „Bolzenbier“ oder die „Barbeblanche“ sind lauter viel versprechende Biernamen, welche einem das Wasser im Munde zusammenlaufen lassen.

Pfiffige Kerle

Alles begann im Jahr 1993. Einige Freunde beschlossen, einen besonderen Treffpunkt ins Leben zu rufen, einen Ort, wie es ihn nirgendwo anders gab. Und warum nicht gleich auch sein eigenes Bier anbieten? Auch wenn die „heimliche Bar“ nicht lange überlebte, so wuchs die Idee, sein eigenes Bier zu brauen. Nach und nach entstand die Brauerei, wie wir sie heute kennen, und deren Aufschwung weiter anhält. „Mein Kollege hat bei sich zu Hause begonnen, Bier in Töpfen zu brauen. Nach über 50 Versuchen war unser erstes Rezept geboren, das „Old Cat“, ein schwarzes, obergäriges Bier“, erinnert sich der Brauer.

Sehr schnell wächst diesen begeisterten Brauern die Nachfrage über den Kopf. 1998 tauschen sie die Töpfe zugunsten einer 100 Liter-Anlage ein, gebaut aus 100% zurückgewonnenem Material. „Wir waren Studenten, wir hatten damals keine finanziellen Mittel“, lächelt Alain Morand. Einmal mehr sind die beiden Brauer, die ihren Beruf vor Ort erlernt haben, Opfer ihres Erfolgs. Heute fasst die Anlage 1'500



Liter und ist in einem anderen Fabrikationsraum untergebracht, wo die Bierproduktion der Samaritaine erfolgt.

In der „brasserie de la Samaritaine“ steht noch immer das ursprüngliche Fass, was den jungen Brauern erlaubt, eine gewisse Flexibilität bei Kreationen beizubehalten. Die Örtlichkeit ist einladend und jeden Samstag besteht die Möglichkeit, an einer Vorführung oder Degustation teilzunehmen.

Geheimtipp

„Mein Geheimtipp ist das „Old Cat“ und das „La Fleur de Sureau“.

Letzteres ist sehr arbeitsintensiv, doch dieses Bier liegt mir sehr am Herzen. Diese originelle Kreation mögen auch die Nicht-Bierliebhaber, da ihm das Holunderaroma die Bitterkeit etwas nimmt. Der wilde Holunder stammt vom Mont Gibloux und wird von uns geerntet. Da die Ernte nur während eines Monats möglich ist, bieten wir dieses Bier nur während einigen Monaten pro Jahr an und zwar von Mai bis September“, schliesst Alain Morand.

www.evasion.ch/celine/brasserie.html

Goûts & Terroirs

DIE SCHWEIZER MESSE FÜR HEIMISCHE GENÜSSE



31. OKTOBER
4. NOVEMBER 2012*

BULLE
KANTON FREIBURG

- ✓ Über 280 Aussteller auf 8'000m²
- ✓ Gourmet-Arena: Koch-Show mit Prominenz
- ✓ Geschmackswerkstätten
- ✓ Schule des Geschmacks (für Kinder)



ESPACE
GRUYERE

www.gouts-et-terroirs.ch

* Die Termine der späteren Jahrgänge finden Sie auf der Webseite.



Zu guter Letzt...

Schweizer Gastromesse „Goûts & Terroirs“

Wer auf seiner Geschmackstournee nicht nur die Region Freiburg berücksichtigen will, sondern die ganze Schweiz, für den ist die Schweizer Gastromesse „Goûts & Terroirs“ ein Muss.

Diese Veranstaltung von nationalem Charakter stösst mit jedem Herbst auf wachsenden Zuspruch. Hunderte von Ausstellern, jährlich auch neue, und Zehntausende von Besuchern machen diesen Anlass zum unumgänglichen Herbst-Event.

Bei gemütlicher Gourmet-Stimmung lernen Sie in Animationen, Wettkämpfen und Degustationen die Terroir-Perlen unseres Landes kennen.

www.gouts-et-terroirs.ch

Überzeugt?



Lassen Sie sich zu einer Feinschmecker-Spritztour ins Freiburgerland verführen. Die zahlreichen Übernachtungs- und Verpflegungsmöglichkeiten bieten für jeden Geschmack etwas. Übernachten können Sie am See und auf der Alp, im

Stroh und auf dem Baum oder aber in einem Luxuschalet. So ist Ihnen in der Region Freiburg ein Aufenthalt „à la carte“ gewiss.

Das Label „Freiburger Spezialitäten“ führt sie bis in den hintersten Winkel des Kantons. Wie ein Wegzeichen erscheint Flora, die gemütliche Kuh, an allen Restaurants und Alpbeizli, die das Label tragen. Auf unserer Webseite finden Sie eine Aufstellung der beteiligten Wirtschaften und eine Liste aller regionalen Produkte.

www.fribourgregion.ch
www.terroir-fribourg.ch

Index

Käse

www.gruyere.com
www.gruyere-alpage.ch
www.la-gruyere.ch
www.tpf.ch
www.vacherin-fribourgeois-aoc.ch
www.terroir-fribourg.ch
www.montvullykaese.ch
www.moleson.ch
www.lamaisondugruyere.ch
www.alpagesetchalets.ch
www.fribourgregion.ch/veranstaltungen
www.pnr-gp.ch
www.poya2013.ch

Bénichon–Chilbi

www.benichon-fribourg.ch
www.terroir-fribourg.ch
www.estavayer-payerne.ch
www.bouchers-fribourgeois.ch
www.fribourgregion.ch/gaultmillaude
www.poire-a-botzi.ch
www.les-paccots.ch

Wein

www.vin-vully.ch
www.levully.ch
www.advb.ch
www.nidelkuchen.ch

Fisch

www.pisciculturedugotteron.ch
www.pisciculture-gruyere.ch
www.murtentourismus.ch
www.estavayer-payerne.ch

Schokolade

www.chocolat-villars.ch
www.patisserie.ch
www.cailler.ch
www.mob.ch
www.freiburgtourismus.ch

Märkte

www.fribourgregion.ch/market
www.evasion.ch/celine/brasserie.html
www.cidreleulcain.ch
www.belmont-fruits.ch

Zu guter Letzt...

www.gouts-et-terroirs.ch
www.fribourgregion.ch
www.terroir-fribourg.ch



Die Wurzeln das Handwerk der Charakter

Eine AOC-Spezialität wählen, heisst vor allem Genuss erleben. Und gleichzeitig das traditionelle Handwerk und die nachhaltige Landwirtschaft fördern. Denn die Schweizer AOC-Produkte gehören zum reichen kulinarischen und kulturellen Erbe unseres Landes. www.aoc-igp.ch

Schweiz. Natürlich.



Appellation d'origine contrôlée

LE GRUYÈRE®
SWITZERLAND 

www.gruyere.com