



# AUTOMNE

## LA PLUS DOUCE DES SAISONS

L'automne dans le canton de Fribourg apporte à chaque fois son lot de cadeaux. Sa lumière soyeuse et ses forêts dorées ravivent les envies d'ininterminables promenades en pleine nature! Les vignes du Mont Vully se parent de leurs plus belles couleurs, rivalisant de splendeur avec le bleu intense du lac de Morat. Les roseaux secs de la Grande Carrière recouvrent d'or les rives du lac de Neuchâtel. C'est sur l'eau que les superbes teintes de l'automne se miroitent, le lac de Schiffenen près de Fribourg, le lac de la Gruyère et le

Lac Noir reflètent la féerie des paysages aux alentours. C'est le temps pour les armailis, les vaches et les chèvres de redescendre en plaine après quatre mois d'estivage. Le moment de célébrer la traditionnelle Bénichon en dégustant les produits du terroir. Un dernier tour à vélo à Schwarzsee, à Gruyères ou aux Paccots, quelques randonnées avant la neige à Moléson, Jaun ou Charmey prolongent indéfiniment l'été dans une ambiance de rêve chatoyant. [www.fribourgregion.ch](http://www.fribourgregion.ch)

## HOSPITALITÉ MONTAGNARDE



**C'est ouvert:** De nombreuses buvettes d'alpage profitent des couleurs vives de l'automne et des ambiances d'été indien pour garder leurs portes ouvertes jusqu'à la mi-octobre (parfois seulement en fin de semaine). C'est le cas au Bärghus am Muserbergli, au Chalet du Soldat et au Chalet Grat dans la région des Gastlosen. La Buvette Hauta-Chia, à mi-chemin entre Schwarzsee et La Berra accueille les derniers promeneurs sur leur terrasse. La buvette de La Berra et celle du Gîte d'Allières sont également ouvertes durant l'arrière-saison.



**Spécialité:** Le menu de la Bénichon débute toujours par la cuchaule AOP et sa moutarde de Bénichon. Avec Gérald Saudan de la boulangerie du même nom à Fribourg, les ingrédients secrets de ces saveurs sont dévoilés! Apprendre et déguster. [www.dzin.ch](http://www.dzin.ch)

## VIGNOBLE DU VULLY



Le Vully est la côte des gourmets baignée de soleil du Lac de Morat. Quel bonheur de découvrir les origines du doux Chasselas, du Pinot Noir aux accents fruités et des spécialités Traminer et Freiburg! Sur le sentier viticole menant de Sugiez à Môtier, votre impatience à l'approche de la visite des caves ne cessera de croître. Les 22 et 23 septembre 2019, le 'tout' Vully célèbre la Fête des vendanges à Praz. [www.vully.ch](http://www.vully.ch)

## BRECCASCHLUND



C'est un paysage sauvage, creusé par des glaciers et marqué par d'imposantes falaises qui s'offre aux randonneurs. Ils pourront par ailleurs se délecter des délices à base de fromage concoctés par les auberges de St. Antoni, Alp Cerniets et Alp Steinige Rippa. Après 4h de marche, faites une halte pour savourer un dessert à l'Alp Hubel Rippa qui offre un splendide panorama sur le Lac Noir. [www.schwarzsee.ch](http://www.schwarzsee.ch)

## À L'AFFÛT



Le cerf sort de la forêt et fait résonner son brame dans toute la vallée. Le guide Cyrille Cantin connaît les meilleures clairières. [www.la-gruyere.ch](http://www.la-gruyere.ch)

## LA VALLÉE DU GOTTÉRON



Les amateurs de hockey sur glace savent que le légendaire club de Gottéron est né ici. Au-delà du pont de Berne, la Vieille-Ville de Fribourg prend fin et la route plonge dans les gorges sauvages de la vallée du Gottéron. Lorsque le brouillard automnal s'élève, que l'eau tumultueuse aux pieds des parois rocheuses y disparaît, la promenade prend des airs mystérieux.

## CUISINE AUTOMNALE

Quel bonheur de découvrir le meilleur des mets de la chasse sur les tables des établissements gastronomiques de Fribourg Région. La selle de chevreuil, l'entrecôte de cerf parfaitement rôtie, les choux de Bruxelles au beurre, les savoureuses châtaignes, et les spätzlis maison, tout y est! La poire à Botzi AOP est évidemment de la partie avec un excellent vin rouge du Vully pour compléter le tout à la perfection. Les influences de la cuisine française

s'invitent régulièrement avec le sanglier, le canard, ou le faisan. Du côté de Fribourg, le Restaurant Au Sauvage, La Pinte des Trois Canards, ou le restaurant Bel-Air à Praz et le restaurant Jura à Chiètres sur les bords du lac de Morat, ainsi que les restaurants de la Pinte des Mossettes à Cerniat et Le Gruyérien à Morlon sont réputés pour leurs succulentes propositions. Les fins connaisseurs du coin ont leur propre sélection et partagent volontiers leurs bons plans.

## TOUR DU MOLÉSON



Depuis le village de Moléson, vous pourrez rejoindre la spectaculaire montagne panoramique. À 2'002 m d'altitude, arrêtez-vous pour reprendre des forces au restaurant et admirer la vue à couper le souffle du Lac Léman jusqu'au Jura, du Mont Blanc jusqu'à l'Oberland bernois. Les alpinistes aguerris descendent la pente raide via Tsuatsau et Gros-Moléson. Les autres utilisent le chemin de crête ou le téléphérique.

## LE CERF



La ferme des Planches à Semsales (Veveyse) avec son troupeau de cervidés permet d'écouter le brame du cerf de très près. La saison des amours se situe entre la mi-septembre et début novembre. Les mâles puissants se disputent avec véhémence les faveurs des quelques 60 biches. Un souvenir qui résonnera longtemps dans la mémoire! [www.suissecerfs.ch](http://www.suissecerfs.ch)

## FROMAGES D'ALPAGE

Les maîtres-fromagers prennent leur temps pour donner naissance à leurs célèbres fromages d'alpage appréciés dans le monde entier. Et pour cause, Paris ne s'est pas fait en un jour. Et quand il est question de fromage, rien n'est trop bon! Ils laissent ainsi le Gruyère d'Alpage AOP et le Vacherin Fribourgeois d'Alpage AOP, fabriqués dans le respect de la tradition, atteindre leur maturité dans des conditions idéales jusqu'à ce qu'ils délivrent leurs succulents arômes. Les amateurs de fromage seront aux anges en visitant, accompagnés d'un expert, les Caves d'affinage de la Tzintre à Charmey, point de départ de l'épopée victorieuse des légendaires fromages fribourgeois à l'assaut du monde! [www.charmey.ch](http://www.charmey.ch)

## LA DÉSALPE



La Gruyère, Les Paccots et Schwarzsee sont le théâtre de moments forts du calendrier paysan. Les bêtes ornées de fleurs portent de magnifiques cloches et les armailis revêtent leurs costumes traditionnels. L'ensemble de la fête est un hommage aux coutumes et au patrimoine régional. *Schwarzsee le 21 septembre 2019; Charmey le 28 septembre 2019; Semsales et Albeuve le 5 octobre 2019.*

## LES LANDES



Le massif du Niremunt (1'514 mètres) est entouré de prairies riches en espèces florales. Un circuit de six kilomètres au départ de Rathvel, près des Paccots, est particulièrement attrayant à l'automne, avec un arrêt à la cabane du Petit Oiseau et son mini zoo. Les amoureux de la nature se rendent également sur les bords du lac des Joncs, paradis des batraciens.

## CONTACT

Nous sommes à votre disposition pour toute aide dans vos recherches de sujets médiatiques.

© FRIBOURG REGION  
+41 (0)26 407 70 20  
[media@fribourgregion.ch](mailto:media@fribourgregion.ch)  
[www.fribourgregion.ch](http://www.fribourgregion.ch)  
[www.flickr.com/fribourgregion](https://www.flickr.com/fribourgregion)  
#fribourgregion @