



# 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'infinies 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 armillis, 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.

## 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 Freiburger! Sur le sentier viticole menant de Sugiez à Môtier, votre impatience à l'approche de la visite des caves ne cessera de croître. Les 17, 18 et 19 septembre 2021, le 'tout' Vully célèbre la Fête des Vendanges à Praz. [www.vully.ch](http://www.vully.ch)

## LA VALLÉE DU GOTTÉRON



Les amateurs de hockey sur glace savent que le HC Fribourg Gottéron est né ici. Au-delà du pont de Berne, la Vieille-Ville de Fribourg prend fin et le chemin plonge dans les gorges sauvages de la vallée du Gottéron, hors du temps. Lorsque le brouillard automnal s'élève, que l'eau glisse sur les dalles de tuf moussues et bouillonne sous les pontons de bois, la forêt et les rochers semblent alors cacher bien des mystères.

## L'AUTOMNE EN E-BIKE



La location d'un e-bike ouvre de nouveaux horizons. Le Gîte d'Allières (La Berra), ou le sommet de Vounetse sont accessibles à vélo, grâce à l'assistance électrique. Le forfait des Paccots (e-bike et kit-fondue) double le plaisir. Le tour du lac de Morat mérite une pause gourmande en Vieille-Ville de Morat (Nidelkuchen), ou au Restaurant du Port (filets de perche) et pour finir, un verre de vin au camping Muntelier.

## LE KAISEREGG



Le Kaiseregg, montagne emblématique de Schwarzsee, culmine à 2185 mètre d'altitude. En octobre, les connaisseurs apprécient son sommet au lever du jour, lorsque le soleil pointe derrière l'Eiger, le Mönch et la Jungfrau. Le télésiège Riggisalp, ouvert jusqu'à la fin octobre rend l'expérience accessible à tous. Durant la belle saison, la buvette Alp Salzmatt et une halte idéale et savoureuse avant de retourner en plaine.

## 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 la Clef, le restaurant Bel-Air à Praz ou le restaurant Jura à Chiètres sur les bords du lac de Morat, ainsi que la buvette des Sattels à Jaun 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.

## APP EN GRUYÈRE



Le lac de la Gruyère en réalité augmentée : les couleurs amenées par l'automne dans la nature sont amplifiées avec l'app Novilé qui leur apporte une valeur ajoutée. Sur sept tronçons du chemin de randonnée, des tableaux d'information invitent à scanner et à s'immerger dans l'histoire, la géologie, la faune et la flore jusqu'à un vol virtuel vers l'Île d'Ogoz. Les visiteurs habitués cumulent des points qui se transforment en fromage.

## 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 armaillis revêtent leurs costumes traditionnels. L'ensemble de la fête est un hommage aux coutumes et au patrimoine régional. *Schwarzsee et Charmey le 25 septembre 2021; Semsales et Albeuve le 2 octobre 2021.*

## MARCHÉ AUX TRUFFES



Le marché aux truffes avec ses trouvailles régionales s'est imposé comme le rendez-vous automnal des gourmets pendant deux jours. La journée, on flâne dans les ruelles piétonnes de la Vieille-Ville, on déguste, on achète et on échange. Le soir, un dîner de gala a lieu en présence de nombreux chefs moratois. *20 au 21 novembre 2021*

## TEYSACHAUX



Teysachaux aux Paccots est un terme patois qui se traduit par «sommets déchetés». Depuis Les Rosalys (T3), un circuit exigeant conduit au sommet final via la buvette Incrota, la Tremetta et un chemin de crêtes. La vue sur le lac Léman et le bassin de la Veveyse est sublime dans la lumière d'automne. Sur le chemin du retour, on s'arrête à la buvette Le Vuipay.

## LE TEMPS DE LA BÉNICHON

En automne, on célèbre les traditions des Préalpes fribourgeoises. L'été à l'alpage et son dur labeur ont pris fin. Dans les foyers, on fête le fruit du travail accompli et le retour des bêtes dans la vallée avec le menu traditionnel de la Bénichon. Chaque année la Bénichon publique et dans les restaurants sont également organisée dans divers endroits. Tout le monde est le bienvenu. Les produits du terroir sont mis à l'honneur, sans oublier les cortèges de vaches et chèvres ornées de fleurs, les étals des marchés artisanaux, la musique et la danse. La Bénichon de Charmey (*8 au 10 octobre 2021*), et celle de Châtel-St-Denis (*15 au 17 octobre 2021*). Informations : [www.benichon.org](http://www.benichon.org)

## 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](http://www.flickr.com/fribourgregion)  
#fribourgregion @   