

Vision et mission
de Proviande

© Proviande Berne, juin 2018

NOTRE RECETTE POUR UN AVENIR COURONNÉ DE SUCCÈS



Proviande société coopérative
Brunnhofweg 37
Case postale
CH-3001 Berne
Tél. +41 (0)31 309 41 11
Fax +41 (0)31 309 41 99
info@proviande.ch

www.proviande.ch
www.viandesuisse.ch



Relever ensemble de nouveaux défis.

En tant qu'interprofession suisse de la filière viande, Proviande réunit des acteurs de l'ensemble de la chaîne de création de plus-value – des producteurs au commerce en passant par les professionnels de la viande.

Pour pouvoir continuer de travailler tous ensemble avec succès à l'avenir, il nous faut un objectif commun, une vision. Car le marché de la viande, tout comme les modes de consommation, évoluent en permanence. C'est pourquoi nous avons défini, dans notre vision, où nous souhaitons nous situer à l'avenir. Quant à notre mission, elle montre la manière d'atteindre ces objectifs.

Nous sommes ravis de vous présenter notre recette pour un avenir couronné de succès et vous souhaitons à tous un «bon appétit»!



*Dr. Markus Zemp,
président du Conseil
d'administration*



*Heinrich Bucher,
directeur*

VISION

La viande suisse est très appréciée et reconnue.

- ***Dans la société***
- ***Auprès des consommateurs***
- ***Auprès des transformateurs, du commerce et du secteur gastronomique***
- ***Auprès des paysans suisses***



Côte plate (short ribs) marinée au poivre et au thym

Ingrédients pour 6 personnes

1,7 kg	Côte plate de bœuf suisse avec l'os (à commander chez votre boucher)
2 cs	Huile d'olive
1 cs	Paprika doux en poudre
2 cs	Sucre de canne roux
1 cs	Feuilles de thym séchées
½ cc	Poivre noir du moulin
	Sel marin

Préparation

1 | Déposer la côte plate dans un plat et la badigeonner intégralement d'huile d'olive. Mélanger le paprika en poudre, le sucre roux, le thym et le poivre et frotter un côté de la côte plate avec cette préparation. Couvrir le tout et laisser mariner au réfrigérateur au moins 6 heures.

2 | Sortir la côte plate du réfrigérateur une heure avant de la préparer. Allumer un gril sphérique pour une chaleur indirecte prolongée.

3 | Déposer la côte plate sur le côté indirect du gril, côté assaisonné vers le haut, refermer le gril et faire griller 3½-4 heures à chaleur moyenne jusqu'à ce que la viande soit tendre. La température à cœur devrait être de 90° C.

4 | Retirer la viande du gril, l'envelopper dans du papier aluminium et laisser reposer 10 minutes.

5 | Couper des portions le long de l'os et servir le tout saupoudré de sel marin.

Accompagner d'un gratin de légumes et pommes de terre.

Préparation: env. 20 minutes

Marinade: au moins 6 heures

Cuisson grillée: 3½-4 heures

Valeurs nutritives: 1 portion contient env.:

310 kcal | 40 g de protéines

14 g de lipides | 5 g de glucides

(sans le gratin de légumes et pommes

de terre)

La viande suisse est très appréciée et reconnue.

Dans la société,

parce que la Suisse est leader sur le plan international en termes de durabilité et de bien-être animal tout au long de la chaîne de création de plus-value. C'est pourquoi on est disposé à payer un prix adapté.



Poulet sur branches de bouleau

Ingrédients pour 4 personnes

1	Poulet suisse d'env. 1200 g
2 pincées	Piment en poudre
1 cc	Paprika doux en poudre
	Sel
2 cs	Huile d'olive
300 g	Baies de cynorhodon fraîchement cueillies
3 dl	Vin blanc sec
1 cs	Miel de forêt
2	Gousses d'ail
1	Beau paquet de branches de bouleau fraîchement coupées, les plus fines possibles
2	Grosses poignées de faînes fraîchement ramassées
800 g	Courge
1 cs	Beurre
	Poivre du moulin
½	Citron (jus)

Préparation: env. 40 minutes

Cuisson rôtie: env. 60 minutes

Valeurs nutritives: 1 portion contient env.: 684 kcal | 46 g de protéines | 36 g de lipides | 23 g de glucides (sans pommes de terre sautées)

Préparation

1 | Essuyer le poulet. Mélanger le piment, le paprika, du sel et l'huile d'olive, et badigeonner tout le poulet de cette préparation.

2 | Entailler les baies de cynorhodon à l'aide d'un couteau bien aiguisé et ôter les pépins.

3 | Préchauffer le four à chaleur supérieure et inférieure à 180° C (160° C pour un four à chaleur tournante). Dans un plat adapté, verser le vin blanc, le miel, les gousses d'ail pelées et les baies de cynorhodon. Couper les branches de bouleau à la taille du plat, les disposer généreusement au fond en réservant quelques-unes. Déposer le poulet sur les branches, recouvrir avec les branches restantes et faire cuire 50-60 minutes au four.

4 | Pendant ce temps, décortiquer les faînes, les faire blanchir quelques instants dans de l'eau bouillante, les tremper dans de l'eau froide et les peler. Faire griller les graines dans une poêle non graissée à feu moyen. Couper la courge en quartiers très fins et les faire revenir dans du beurre dans une grande poêle pendant 10-12 minutes. Assaisonner de sel, de poivre et d'un peu de jus de citron. Ajouter les faînes et réserver au chaud.

5 | Sortir le poulet du four, le couper en morceaux et servir avec le jus des baies de cynorhodon et la courge.

Accompagner des pommes de terre sautées.

La viande suisse est très appréciée et reconnue.

Auprès des consommateurs,

parce que ceux-ci considèrent la viande comme faisant partie d'une alimentation saine et équilibrée et parce que la viande suisse est de grande qualité. C'est pourquoi la viande suisse a bonne réputation.



Rôti de porc avec sa peau croustillante clouté de girofle

Ingrédients pour 6 personnes

1,5 kg	d'épaule de porc suisse avec la couenne (à commander chez votre boucher)
2 cc	de clous de girofle
	Sel
1	bouquet de légumes à soupe
3-4	feuilles de laurier
2 dl	de bouillon
1 cc	de grains de poivre noir

Préparation

1 | Piquer le rôti de porc avec les clous de girofle. Pour cela, pratiquer dans la couenne des petites incisions régulières à l'aide d'un couteau pointu, puis insérer un clou tête en haut dans chaque incision. Saler le rôti, puis le mettre dans une sauteuse avec les légumes coupés en petits dés, le laurier, le bouillon et les grains de poivre.

2 | Faire cuire au four préchauffé à 200° C pendant env. 50 minutes. Si nécessaire, mouiller d'un peu d'eau le jus du rôti pour qu'il reste liquide. Ensuite, augmenter la température du four à 225° C et laisser rôtir 20-30 minutes de plus jusqu'à ce qu'il se forme une belle croûte.

3 | Sortir le rôti de la sauteuse et le réserver au chaud. Déglacer la sauteuse avec un peu d'eau, passer, puis verser dans une poêle. Ôter la graisse superflue et faire réduire légèrement le jus. Saler et poivrer puis servir sans attendre avec le rôti coupé en tranches.

Accompagner d'une salade de chou blanc au carvi et au jus de citron.

Préparation: env. 20 minutes

Cuisson rôti: env. 80 minutes

Valeurs nutritives: 1 portion contient env.:

450 kcal | 62 g de protéines | 23 g de lipides

(sans salade de chou blanc)

La viande suisse est très appréciée et reconnue.

Auprès des transformateurs, du commerce et du secteur gastronomique,

parce que la demande en viande suisse de bonne qualité est suffisante et que celle-ci est également fournie en quantités suffisantes.

C'est pourquoi ils sont prêts à privilégier la viande suisse.



Blanquette de veau – ragoût blanc

Ingrédients pour 4-6 personnes

1 kg	Épaule de veau suisse
1	Bouquet garni
6-8	Grains de poivre noir
1	Clou de girofle
2	Feuilles de laurier
2	Carottes
1 petite botte	Poireaux de printemps
200 g	Champignons
	Sel
	Poivre du moulin
2	Jaunes d'œufs
2 dl	Crème
3 brins	Estragon

Préparation

1 | Placer l'épaule de veau dans une grande cocotte et bien recouvrir la viande d'eau froide. Couvrir et porter à ébullition à feu moyen. Pendant ce temps, parer le bouquet garni et le couper en gros morceaux. Ramener à petit feu et retirer l'écume à l'aide d'une louche.

2 | Ajouter le bouquet garni, le poivre, le clou de girofle et les feuilles de laurier, couvrir et laisser mijoter à feu doux pendant 1,5 heure. La viande est cuite lorsqu'il est possible d'y piquer facilement une fourchette à viande: la sortir alors du bouillon et réserver.

3 | Passer le bouillon au tamis fin au-dessus de la cocotte et faire réduire de moitié à feu moyen. Pendant ce temps, peler les carottes et les couper en fines rondelles. Couper finement le poireau de printemps et couper les champignons en quartiers. Mettre le tout dans le bouillon et laisser mijoter 3-4 minutes. Saler et poivrer.

4 | Retirer la cocotte du feu. Mélanger les jaunes d'œufs et la crème, verser la préparation dans le bouillon très chaud – mais qui ne bout plus – afin de le lier. Couper l'épaule de veau en bouchées et les mettre dans la sauce. Effeuille l'estragon, l'ajouter à la blanquette, mélanger et servir sur des assiettes préchauffées.

Préparation: env. 30 minutes

Cuisson bouillie: env. 1,5 heure

Valeurs nutritives: 1 portion contient env.:

369 kcal | 37 g de protéines
22 g de lipides | 5 g de glucides
(sans le riz au beurre)

Accompagner de riz au beurre.

La viande suisse est très appréciée et reconnue.

Auprès des paysans suisses.

Ces derniers appliquent les exigences en matière de bien-être des animaux et réalisent une production de grande qualité. C'est pourquoi ils reçoivent en retour de la reconnaissance et un prix adapté.

MISSION

Proviande est source d'impulsions, ambassadrice, médiatrice et prestataire de services.



Aiguillette baronne aux légumes grillés

Ingrédients pour 4 personnes

1	Aiguillette baronne de bœuf suisse (d'env. 800 g, à commander chez votre boucher)
4 cs	Huile d'olive Poivre noir du moulin
2 branches	Romarin
2	Petites courgettes
1	Aubergine Sel Fleur de sel
½	Citron

Préparation

1 | Frotter l'aiguillette baronne avec 2 cs d'huile d'olive, assaisonner avec du poivre grossièrement moulu et les aiguilles de romarin, recouvrir d'un film et laisser mariner au réfrigérateur pendant 4 heures minimum, idéalement une nuit entière.

2 | Sortir la viande du réfrigérateur une heure avant de la faire cuire et préparer un gril sphérique pour une grillade indirecte.

3 | Pendant ce temps, couper les courgettes et l'aubergine en rondelles d'env. ½ cm d'épaisseur. Saler légèrement les rondelles des deux côtés et les déposer sur du papier essuie-tout.

4 | Saisir la viande au-dessus d'une braise bien chaude pendant env. 4 minutes des deux côtés. Déposer la viande sur le côté indirect du gril, refermer le couvercle et poursuivre la cuisson pendant 5-6 minutes de chaque côté.

5 | Envelopper la viande dans du papier aluminium et laisser reposer. Faire dorer les rondelles de légumes au-dessus de la braise pendant 3-4 minutes. Les déposer sur une assiette, les arroser avec le reste d'huile d'olive et assaisonner de poivre et d'un trait de jus de citron.

6 | Sortir la viande du film, la couper en fines tranches et la servir avec les légumes. Parsemer de fleur de sel selon son goût.

Accompagner d'une salade de pommes de terre.

Préparation: env. 45 minutes

Marinade: au moins 4 heures

Cuisson grillée: env. 18 minutes

Valeurs nutritives: 1 portion contient env.:
405 kcal | 47 g de protéines
19 g de lipides | 7 g de glucides
(sans la salade de pommes de terre)

Proviande est source d'impulsions, ambassadrice, médiatrice et prestataire de services.

Source d'impulsions:

nous sommes en phase avec notre temps, identifions précocement les courants pertinents pour le marché de la viande et orientons la filière, le public et la sphère politique. Ainsi, nous sommes une source d'impulsions pour une filière suisse de la viande de grande qualité, innovante, respectueuse des animaux et durable.



Mijotée au lard et aux poires, haricots et pommes de terre

Ingrédients pour 4 personnes

600 g	Lard à cuire fumé de porc suisse (entier)
3	Oignons
ca. 1 l	Bouillon de légumes
500 g	Haricots verts
½ bouquet	Sarriette
4	Poires fermes à la cuisson
600 g	Pommes de terre
	Poivre du moulin
	Sel

Préparation

1 | Peler les oignons et les couper en lamelles. Dans un grand faitout, verser le bouillon de légumes, ajouter le lard et les oignons, porter à ébullition, fermer et laisser cuire à feu moyen env. 10 minutes.

2 | Pendant ce temps, parer les haricots et les ajouter au lard avec les poires entières. Laisser cuire encore le tout doucement pendant env. 15 minutes.

3 | Pendant ce temps, peler les pommes de terre et les faire cuire à part dans de l'eau salée. Les égoutter et les mettre dans le faitout avec la sarriette. Assaisonner avec du poivre et un peu de sel, laisser reposer 5 minutes et servir.

Bon à savoir: Il est recommandé de cuire le lard entier et de ne le couper qu'au moment de servir. Il reste ainsi plus juteux et peut mieux déployer son arôme fumé.

Proviande est source d'impulsions, ambassadrice, médiatrice et prestataire de services.

Ambassadrice:

nous faisons en sorte que la viande suisse soit appréciée et reconnue auprès du public.

Préparation: env. 45 minutes

Valeurs nutritives: 1 portion contient env.:

800 kcal | 34 g de protéines

44 g de lipides | 55 g de glucides



Curry d'agneau indien à la coriandre et au gingembre

Ingrédients pour 4 personnes

800 g	Gigot d'agneau suisse (à faire couper en dés d'env. 2 cm par le boucher)
	Sel
2 cs	Jus de citron
2	Oignons
4	Gousses d'ail
1	Morceau de gingembre de la taille d'une noix
1	Poivron rouge
2 cs	Beurre
2 cc	Cumin moulu
2 cc	Paprika doux en poudre
100 g	Purée de tomates
2 cc	Curry doux en poudre
400 g	Yoghourt nature
1 bouquet	Coriandre fraîche avec les racines (disponible dans les magasins asiatiques)

Préparation: env. 60 minutes

Marinade: env. 2 heures

Cuisson braisée: env. 45 minutes

Valeurs nutritives: 1 portion contient env.:

450 kcal | 46 g de protéines

24 g de lipides | 10 g de glucides

(sans le pain non levé ni la salade de légumes indienne)

Préparation

1 | Frotter les dés de viande avec du sel et du jus de citron, couvrir et laisser reposer au réfrigérateur env. 2 heures*.

2 | Peler les oignons, l'ail et le gingembre et couper le tout en fines lamelles. Parer le poivron et le couper également en fines lanières. Dans une poêle, faire chauffer le beurre, puis y faire revenir les oignons et l'ail à feu moyen pendant env. 3 minutes.

3 | Ajouter la viande et le cumin et saisir de tous côtés à feu moyen. Ajouter le gingembre, le paprika en poudre et la purée de tomates, poursuivre la cuisson env. 10 minutes en remuant de temps en temps. Ajouter le curry en poudre et faire suer quelques instants. Ajouter le yoghurt et faire braiser le tout env. 45 minutes à feu moyen en remuant de temps en temps. Ajouter les lanières de poivron 10 minutes avant la fin de la cuisson et mélanger.

4 | Mettre le curry dans un plat de service réchauffé au préalable. Couper finement les racines de coriandre et en saupoudrer le curry. Servir aussitôt.

Accompagner de pain non levé grillé et d'une salade de légumes indienne.

* Pour obtenir un arôme encore plus intense, laisser tout simplement la viande mariner un peu plus longtemps au réfrigérateur.

Proviande est source d'impulsions, ambassadrice, médiatrice et prestataire de services.

Médiatrice:

nous harmonisons les intérêts des consommateurs, des producteurs, des transformateurs et du commerce, et veillons à un approvisionnement optimal du marché suisse en viande, avec une bonne qualité et des prix corrects.



Émincé de foie de veau aux tranches de pommes braisées

Ingrédients pour 4 personnes

600 g	Foie de veau suisse
1	Echalote
2	Petites pommes
110 g	Beurre froid
1 cs	Grains de poivre vert marinés et grossièrement hachés
2 dl	Vin rouge sec
2 dl	Fond de veau
	Sel, sucre
2 branches	Marjolaine (uniquement les feuilles)

Préparation

1 | Sortir le foie de veau du réfrigérateur 1 heure avant de le préparer et le couper en tranches. Peler l'échalote et la couper en petits dés. Épépiner les pommes et les couper en fines tranches.

2 | Faire fondre 30 g de beurre dans une poêle. Y faire dorer les tranches de pomme à feu moyen des deux côtés. Sortir et réserver.

3 | Faire cuire le foie de veau en 2 portions: dans la poêle, faire chauffer 20 g de beurre à feu vif, y mettre la moitié des tranches de foie et une partie des dés d'échalote par-dessus. Retourner seulement au bout de 2 minutes et ramener à feu moyen. Poursuivre la cuisson pendant 2 à 3 minutes en remuant de temps en temps puis sortir de la poêle. Faire cuire la 2^e portion de la même manière dans 20 g de beurre.

4 | Mettre le poivre vert dans la poêle bien chaude, déglacer avec le vin rouge et le fond de veau, faire réduire de moitié et retirer du feu. Mettre le reste de beurre froid dans la sauce dès qu'elle ne bout plus.

5 | Réchauffer le foie de veau quelques instants dans la sauce et ajouter les tranches de pomme. Assaisonner avec du sel et une pincée de sucre, parsemer de feuilles de marjolaine et servir.

Accompagner de röstis aux herbes et d'une salade verte.

Préparation: env. 30 minutes

Valeurs nutritives: 1 portion contient env.:

460 kcal | 30 g de protéines

29 g de lipides | 14 g de glucides

(sans les röstis aux herbes ni la salade)

Proviande est source d'impulsions, ambassadrice, médiatrice et prestataire de services.

Prestataire de services:

nous agissons dans une démarche entrepreneuriale, collectons des données et proposons des prestations de services qui sont souhaitées par le marché et payées correctement.

La vision de Proviande:

La viande suisse est très appréciée et reconnue.

- **Dans la société**, parce que la Suisse est leader sur le plan international en termes de durabilité et de bien-être animal tout au long de la chaîne de création de plus-value. C'est pourquoi on est disposé à payer un prix adapté.
- **Auprès des consommateurs**, parce que ceux-ci considèrent la viande comme faisant partie d'une alimentation saine et équilibrée et parce que la viande suisse est de grande qualité. C'est pourquoi la viande suisse a bonne réputation.
- **Auprès des transformateurs, du commerce et du secteur gastronomique**, parce que la demande en viande suisse de bonne qualité est suffisante et que celle-ci est également fournie en quantités suffisantes. C'est pourquoi ils sont prêts à privilégier la viande suisse.
- **Auprès des paysans suisses**. Ces derniers appliquent les exigences en matière de bien-être des animaux et réalisent une production de grande qualité. C'est pourquoi ils reçoivent en retour de la reconnaissance et un prix adapté.

La mission de Proviande:

Proviande est source d'impulsions, ambassadrice, médiatrice et prestataire de services.

- **Source d'impulsions**: nous sommes en phase avec notre temps, identifions précocement les courants pertinents pour le marché de la viande et orientons la filière, le public et la sphère politique. Ainsi, nous sommes une source d'impulsions pour une filière suisse de la viande de grande qualité, innovante, respectueuse des animaux et durable.
- **Ambassadrice**: nous faisons en sorte que la viande suisse soit appréciée et reconnue auprès du public.
- **Médiatrice**: nous harmonisons les intérêts des consommateurs, des producteurs, des transformateurs et du commerce, et veillons à un approvisionnement optimal du marché suisse en viande, avec une bonne qualité et des prix corrects.
- **Prestataire de services**: nous agissons dans une démarche entrepreneuriale, collectons des données et proposons des prestations de services qui sont souhaitées par le marché et payées correctement.