



## Un produit qui fleure bon le printemps

Par Benoît Cornut

La saison de la fleur de courgette a commencé! Si certains ignorent encore ses qualités gustatives, cette spécialité est de plus en plus appréciée des restaurateurs.

Comme chaque printemps, les fleurs comestibles viennent décorer les menus et les assiettes des restaurants. Si celles-ci sont la plupart du temps limitées à un rôle purement ornemental, ce n'est pas le cas de la fleur de courgette qui peut faire partie intégrante d'une recette.

Le marché Cuendet à Bremblens en propose à la vente et a déjà commencé à en cultiver cette année. «C'est le début de la saison, explique Matthieu Cuendet, l'un des deux frères en charge du domaine. Comme c'est une plante qui ne supporte pas le gel, nous en avons déjà planté sous serre et allons semer en pleine terre ces prochaines semaines.»

### I Fleur du matin

Et l'on peut compter sur le marché Cuendet pour connaître sa culture. Si les deux frères Marc-Etienne et Matthieu n'ont repris le domaine que l'année passée, la fleur de courgette est presque une tradition familiale à Bremblens. «Mon père a commencé à en cultiver il y a plus de trente ans. C'est un joli produit, mais qui demande quand même d'être matinal, plaisante Matthieu. Il faut cueillir les fleurs à huit heures du matin, après quoi elles se referment. Autre spécificité, il y a une différence majeure entre les mâles et les femelles: les premières ont uniquement



Mathieu Cuendet soigne ses fleurs de courgette. Picard

la fleur et ne donneront pas de courgettes, tandis que les deuxièmes ont également une mini courgette à la place de la tige, qui est excellente!»

### I Spécialité familiale

Il faut dire que chez les Cuendet, on est habitué aux spécialités. Le père Marc-André avait commencé à planter des mini-légumes, des mini-salades ou encore des fleurs comestibles dans les années 80 et fonctionnait beaucoup par la vente directe, une nécessité pour un domaine qui ne compte que huit hectares.

Cette direction a été ensuite suivie par ses deux enfants, qui peuvent se targuer de cultiver quelque 250 variétés de produits et de s'être constitué une clientèle fidèle. «Nous vendons beaucoup aux restaurants et aux clients

### La Recette Courgettes fleurs poêlées

#### Ingrédients:

- 4-8 belles courgettes fleurs
- 1 cuillère à soupe de farine
- 1 œuf
- 5 cl d'eau froide
- sel, poivre
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive

- ▶ **Rincer** les fleurs de courgettes et enlever le pistil.
- ▶ Dans un grand bol mélanger la farine, l'œuf, l'eau, le sel et le poivre.
- ▶ **Faire chauffer** l'huile dans une poêle.
- ▶ **Tremper** les fleurs dans le bol et les mettre dans la poêle. Les faire cuire 5 minutes en les retournant 1 fois. Servir!

privés, par l'intermédiaire de marchés à Morges ou à Lausanne, confie Matthieu Cuendet.

Concernant la fleur de courgette, on a beaucoup de restaurateurs qui nous en demandent dans cette période. Les grossistes passent alors chercher les fameuses plantes de bon matin et les livrent aux établissements qui les cuisinent le jour même.»

Olivier Hiernard, en charge de l'Auberge de la Croix d'Or à Yens, fait justement partie des restaurateurs séduits par les charmes de la fleur de courgette. «C'est un produit qui évoque le printemps, raconte celui qui prévoit de la mettre à la carte dès la semaine prochaine. Et contrairement aux autres fleurs, on n'est pas uniquement dans le décor. On peut la décliner sous de multiples formes et réaliser des plats fantastiques.»

Avis aux amateurs de sensations printanières...!

▶ [www.marche-cuendet.ch](http://www.marche-cuendet.ch)

## ALIGRO

le marché gastronomique ouvert à tous

### Terroir à l'honneur

#### Marque à promouvoir

**Montricher** Vaud Terroirs a tenu, jeudi 20 avril à la Fromagerie Gourmande, sa troisième assemblée générale. L'association a pour objectif de favoriser, par une action commune, les intérêts de ses membres dans le domaine de la promotion des produits de l'agriculture, de la vitiviniculture et du tourisme vaudois. Elle est chargée de coordonner la participation de ses membres à des opérations de promotion mettant en valeur les atouts du canton.

En 2017, Vaud Terroirs sillonnera la Suisse pour promouvoir la marque Vaud. Les produits du terroir vaudois seront ainsi mis en évidence chez les vignerons participant aux Caves ouvertes vaudoises.



### Le boom du bio

#### «La vraie agriculture»

**Aubonne** Le bio a le vent en poupe en Suisse. Du jamais vu depuis les années 1990, selon les chiffres donnés hier par Bio Suisse: 386 agriculteurs, dont 112 rien qu'en Suisse romande, se sont annoncés à l'organisme en 2016. Parmi les nouveaux adhérents au label Bourgeon figure l'Aubonnois Christian Streit. À la tête d'une exploitation familiale reprise il y a une quinzaine d'années, ce dernier était à la recherche d'un défi. Il a donc décidé de se

convertir au bio pour «faire à nouveau la vraie agriculture». «Mon souhait est de ne plus dépendre des multinationales, explique-t-il. Celles-ci nous présentent leurs produits chimiques comme la clé du bonheur, mais



en réalité ils sont source de nombreux problèmes.» Tout comme lui, quarante autres agriculteurs ont fait le choix du naturel dans le canton de Vaud. Une reconversion qui n'est pas sans risque. Dire non aux pesticides a un coût. «Nous avons acheté une nouvelle machine avec trois de mes collègues, raconte l'Aubonnois. Seul, je n'aurais sûrement pas pu me lancer dans l'aventure.»

## Publireportage - Brasserie du Petit Manoir

### Le nouveau restaurant du Petit Manoir a ravi ses premières papilles

La Brasserie du Petit Manoir a ouvert ses portes cette semaine. Mêlant tradition et produits du terroir, elle va faire des heureux parmi les gourmands du coin et d'ailleurs.

Filet de fera du Léman poché au chasselas, tagliatelles à l'ail des ours, risotto aux asperges ou Tartare de bœuf au Cognac... la nouvelle Brasserie du Petit Manoir de Morges fait la part belle aux produits du terroir. «Notre volonté est de mettre en avant les producteurs régionaux, aussi bien dans l'assiette que dans le

verre», explique Quentin Delohen, directeur général adjoint du groupe Boas.

Une sorte de retour aux traditions, après avoir longtemps présenté une cuisine gastronomique. «C'est un virage à 180 degrés, déclare Quentin Delohen. Il était important pour nous de proposer des plats plus simples. Non pas en matière de qualité, mais en ce qui concerne la préparation et l'élaboration des mets.»

Ouvert depuis mardi, le restaurant a réussi ses débuts. «Nous avons déjà fait 25 couverts le premier soir, révèle le directeur général adjoint. C'est encourageant. Nous avons reçu un retour positif de la part des



clients, notamment ceux de l'hôtel.»

La carte est présentée désormais sous forme d'ardoise et les desserts énoncés à haute voix. «On a souhaité rompre avec le côté formel et instaurer plus d'interactions entre les employés et les clients, détaille Quentin Delohen. Créer une ambiance conviviale était une de nos priorités.»

#### Infos utiles

Brasserie du Petit Manoir  
Av Ignace Paderewski 8, Morges  
Téléphone: 021/804.12.00  
Du mardi au samedi, midi et soir  
[www.lepetitmanoir.ch](http://www.lepetitmanoir.ch)