Zeitschrift: Générations : aînés
Herausgeber: Société coopérative générations
Band: 28 (1998)
Heft: 7-8

Rubrik: Cuisine : l'agneau parfumé de Haute-Nendaz

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 08.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

L'agneau parfumé de Haute-Nendaz

A l'Auberge du Bleusy, à Haute-Nendaz, on aime la bonne cuisine et le patois. Avec un sens de l'accueil et de si beaux buts d'excursion qu'on aurait tort de ne pas s'y arrêter au moins quelques jours.

Dominique Michelet a l'enthousiasme communicatif, parce qu'on sent qu'il est animé par l'amour de son pays. Ce jeune cuisinier vient de reprendre l'Auberge du Bleusy avec sa femme, son cousin et l'épouse de celui-ci. La formule de partager le travail en famille est bien trouvée: les deux cuisiniers se relaient aux fourneaux, tandis que l'un des deux prend en charge les touristes qui résident à l'auberge. Car Dominique Michelet a envie de proposer mieux qu'une bonne table, il souhaite faire découvrir la région où il est né. «Les gens ne savent pas toujours où aller se balader, je suis donc prêt à accompagner les groupes en promenade, en assurant le pique-nique et des activités pour tous les âges, comme d'assister à la fabrication du fromage.»

L'Auberge du Bleusy, située sur la route de Siviez, ne manque pas d'atouts. Des chambres simples, agréables et surtout bon marché attendent les familles ou les groupes (13 chambres et 39 lits, toilettes dans le couloir). On y accède facilement en voiture et en car postal depuis Sion. Hors de la station, elle jouit d'un calme et d'une vue vraiment reposante, dans une profusion de verdure.

Les deux cousins Michelet sont des fervents défenseurs de la cuisine du terroir. A côté des plus classiques viandes sur ardoise, ils ont mis à leur carte des spécialités qu'ils tiennent de leur grand-mère. La quyenèfle (sorte de knoepfli), le coujenado (fricassé de polenta) ou le fatsoün di tsou (choux au salé) sont des plats typiques méconnus. D'ailleurs, les cuisiniers appellent parfois à la rescousse la grand-mère lorsqu'il y a une grande affluence. Et il paraît qu'alors la vieille dame oublie ses rhumatismes quand il s'agit de faire mijoter l'un de ces mets traditionnels! A Haute-Nendaz, la famille n'est pas un vain mot. A tel point que les habitants partagent presque tous le même patrony-

Gigot d'agneau braisé aux «âpyo» (livèche)

(pour quatre personnes)

Ingrédients:
Un gigot d'agneau frais du pays de 1 kg 200 – une tête d'ail – 2 carottes – un poireau – un oignon – un petit céleri – une feuille d'«âpyo» (livèche appelée aussi céleri maggi) – 1 dl de vin blanc et ½ litre de bouillon – moutarde en grains.

Réalisation:
La veille, assaisonner le gigot avec de la moutarde en grains, des épices et frotter le gigot avec une belle feuille d'«âpyo», nom en patois donné à la livèche ou céleri maggi. Le lendemain, saisir le gigot dans une braisière (cocotte). Ajouter les légumes coupés grossièrement, faire suer, déglacer avec le vin blanc et le bouillon, porter à ébullition, couvrir, mijoter à feu doux. Surveiller la cuisson du gigot et des légumes selon qu'on l'aime rose ou bien cuit. Servir avec une garniture de polenta par exemple. Vin conseillé: syrah ou humagne du Valais.

Bon appétit!

me, on ne compte plus les Fournier ou les Michelet. Alors, pour se distinguer, on a recours aux surnoms. Dominique Michelet, surnommé Migou, raconte que le postier reçoit parfois des messages adressés directement à Mécano ou à Tonki (sa grand-mère qui aimait chanter «La Tonkinoise»).

Sur la terrasse ou dans la salle boisée, on sert la soupe au vin, la salade des mayens et bien sûr toutes sortes de fondues, ainsi qu'un plat du jour à 13 francs et un menu à 22 francs. Le gigot d'agneau aux «âpyo» était particulièrement savoureux avec le goût parfumé de la livèche. Ce nom français ne vous dit rien? Vous connaissez sûrement cette plante, qui pousse sans peine dans tous les jardins, sous l'appellation de «céleri maggi». Cette viande tendre et relevée par ce condiment tout simple se marie parfaitement à la polenta. En dessert, des mousses au chocolat fondantes rivalisent avec des tartes maison. Côté vin, les Michelet sont des connaisseurs qui, là encore, veulent promouvoir les bons produits des coteaux avoisinants: syrah, humagne, fendant, malvoisie, faites-vous conseiller pour ces vins bien typés.

Le dimanche après-midi, les Michelet organisent un bal champêtre avec accordéon. Et à quelques pas, les bisses, ces charmants petits ruisseaux creusés depuis des siècles par l'homme pour irriguer les cultures, vous invitent à de magnifiques balades.

Maud Ledoux

Auberge du Bleusy
1997 Haute-Nendaz
Tél. 027/288 78 80
Ouvert tous les jours

Balades des bisses

Des kilomètres de bisses vous attendent pour des promenades fraîches et tranquilles. Mais Haute-Nendaz a aussi concocté pour cet été un programme de dégustations et de visites alléchantes.

De l'ombre, la fraîcheur de l'eau, une faible déclivité, des sentiers bien aménagés qu'on peut parcourir même avec des petits enfants ou des personnes peu sportives: les bisses représentent une manière de balade idéale. Et Haute-Nendaz compte huit bisses, dont six sont encore en eau, c'est-à-dire qu'ils sont toujours utilisés par les agriculteurs pour irriguer les vergers.

Le Bisse Vieux et le Bisse du Milieu, qui passent à quelques centaines de mètres de l'Auberge du Bleusy, forment une boucle parfaite pour une excursion d'une demi-journée. Le Bisse de Saxon est sans doute le plus connu. C'est aussi le plus long du Valais, avec ses trente-deux kilomètres. Pour les amateurs de tranquillité, le Bisse de Dessous, sur la rive gauche de la Printze, est moins fréquenté. Bref, chacun peut choisir un itinéraire à son goût et à sa mesure, en consultant la carte des randonnées pédestres disponible à l'Office du tourisme. En juillet et août, Pierre-Olivier Bourban, directeur de l'Office, a prévu un programme d'activités si dense qu'il ne sera pas possible de s'ennuyer une minute! Le lundi, une visite guidée du vieux village de Haute-Nendaz comprend aussi une dégustation de vins valaisans et de produits régionaux. Le mardi, une raclette au feu de bois est organisée au milieu des prés. Partez à la découverte des fruits du terroir le mercredi, en goûtant abricots et framboises!

Les lève-tôt pourront profiter du lever du soleil au Mont-Fort, le toit des Quatre Vallées et l'un des plus beaux panoramas alpins, avec un petit-déjeuner au Restaurant du Col des Gentianes ainsi que l'utilisation des remontées mécaniques pour toute la journée. Une excursion au barrage de Cleuson est également prévue le jeudi et le vendredi.

Des manifestations telles que la Fête cantonale des costumes les 3, 4, et 5 juillet ou la Fête à Siviez, animée par un groupe folklorique local, le 9 août, devraient également séduire touristes suisses et étrangers. Quant au 1er août, il attire depuis quelques années un public nombreux. La fête a lieu à 2200 mètres, à Tracouet, au bord du lac Noir. Montées et descentes sont assurées par le télécabine toute la nuit. Mais une descente aux flambeaux est également prévue. Plusieurs ensembles musicaux alterneront pour donner de l'ambiance à ce 1er août montagnard où l'on pourra s'adonner à une compétition originale: le lancer de la godasse.

M. L.

Renseignements: Office du tourisme, 1997 Haute-Nendaz, tél. 027/ 289 55 89.

Le long des bisses, on peut deviser et marcher à son rythme

Photos Y. D.