

Balade gourmande en Franche-Comté

Pays de montagnes et de prairies, cette région est riche en trésors. Remplissez votre panier et passez vite en cuisine.

Un chalet fromager dans les monts du Jura enneigés.

Texte : Jean-Paul Frétillet. Photos : Jean-Daniel Sudres - Voyage Gourmand



Récoltées en été, les myrtilles sauvages régaleront en hiver, sous forme de sirop ou de confiture.



Le Jura montagnard, une région propice pour le séchage des saucissons.

En Franche-Comté, les mouvements du paysage sont timides et le Jura, lorsqu'il n'est pas revêtu de forêts d'épicéas, se dénude en prairies rocailleuses. À l'approche de la Suisse, le panorama grimpe légèrement vers le ciel. En s'éloignant vers l'ouest, il épouse la Bourgogne et la Bresse. Quelques fermes de la région élèvent les gauloises blanches, une magnifique race de volaille à crête rouge et à pattes bleues qui peut prétendre à l'AOP (appellation d'origine protégée). De la volaille de Bresse au comté, du kirsch de Fougerolles au vin jaune d'Arbois et de la saucisse de Morteau aux brochets d'étangs, cette région entraîne le voyageur gastronome sur des chemins où il ne risque pas d'épuiser sa curiosité.

400 litres de lait pour une meule de comté de 40 kilos

Déployé entre 200 et 1 500 mètres d'altitude, le paysage franc-comtois se montre généreux en été et d'une implacable ingratitude en hiver. Le caractère des paysans du comté s'est forgé dans l'airain de cette nature. Au lieu de se barricader, les Jurassiens ont joint leur destin au service d'un fromage. Un paysan seul avec quelques vaches n'aurait jamais pu produire une meule de comté de 40 kilos qui nécessite 400 litres de lait. En revanche, le lait collecté dans toutes les fermes d'un village a permis de fabriquer plus d'un comté. Ce fromage est par essence communautaire. *(suite page XX)*

SPÉCIALRÉGION



Une région très généreuse en poissons d'eau douce grâce aux rivières et aux étangs.



Le Pontarlier anisé est le cousin du pastis marseillais.



La célèbre fondue franc-comtoise, à base de comté d'âges différents.



La fumaison est, dans ce pays de forêts d'épicéas, un moyen naturel de conservation des charcuteries.



Les cerises de Fougerolles ou petites griottes.



Écrevisses et cèpes, deux ingrédients à marier en automne.



Dans une cave, des jeunes meules de comté que l'on doit retourner tous les jours pour forger la croûte.



Le pain de montagne de Norbert le berger, de l'auberge La Petite Échelle, un chalet restaurant d'alpage.



Service à absinthe, un alcool que l'on fait couler sur un sucre déposé sur une cuillère dédiée.



Le morbier, ce fromage au lait cru traversé par un trait de charbon végétal, est délicieux lorsqu'il est fondu dans une raclette.



Des noisettes sauvages.



Les morilles fraîches, de plus en plus rares ici.



Nature morte charcutière, jambon et lard fumés, saucisses de Morteau... jamais sans vin jaune !



Le kirsch de Fougerolles (AOC), un alcool à base de cerises cultivées dans cette région.

(suite de la page XX) Aujourd'hui, il est fabriqué par plus de 150 fruitières villageoises. C'est la raison et la garantie de sa diversité. Sous la halle de Dole, le crémier Cédric Leclerc nous explique qu'il préfère les comtés du Haut-Doubs : "La pâte est plus grasse et c'est aussi une question d'affinage". En effet, depuis un demi-siècle, la plupart des meules de comté vieillissent dans d'anciens forts militaires (fort Lucotte ou fort des Rousses). Dans ces caves plus froides, la tradition séculaire a été bousculée. Les fromages s'affinent plus lentement, ce qui a ouvert la porte à de très vieux comtés avec d'autres textures et d'autres saveurs. Dans le passé, un fromage de 10 mois était considéré comme "sénile" !

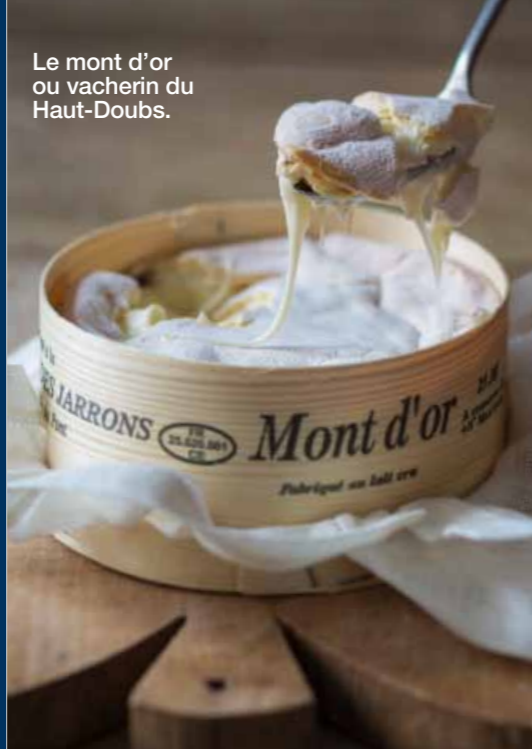
Fromages, charcuteries, vins... pour le plaisir des papilles

Dans la vitrine de Cédric Leclerc, les premiers fromages mont d'or sont arrivés. Ils côtoient le bleu de Gex, le morbier, la tomme du Jura... et une ribambelle de pots de cancoillotte (au vin du Jura, nature ou à l'ail). Les amateurs du fait maison achètent le metton. Quand il est fondu dans de l'eau chaude et additionné de beurre, ce lait caillé et séché est à la base de la cancoillotte. "Après, il suffit de le parfumer selon nos goûts", souligne Aurélien Moutarlier, chef du Grain de Sel, l'une des plus belles tables du Jura. "Les fromages sont l'un des socles de notre cuisine", poursuit-il. Cette tradition ne ferme pas la porte à la modernité. Son infusion crémeuse

de comté révèle autrement un filet de truite de la région, des asperges ou une fondue d'épinards. Dans cette cuisine très généreuse, les noisettes ne sont jamais loin. On les trouve dans un crumble avec un foie gras poêlé ou dans une brandade de truite au savagnin.

Ce cépage parle aux Jurassiens comme le chardonnay aux Bourguignons. Il est l'essence du vin jaune, une véritable curiosité œnologique. Presque partout ailleurs, son mode de vinification produirait la pire des piquettes. Le vin est mis à vieillir dans un tonneau ouvert, exposé à l'oxygène, son pire ennemi. Dans le Jura (et c'est un miracle de la nature), un voile de moisissures se dépose sur le vin et le protège. Sous cette frêle armure vivante, le savagnin se colore en un jaune flatteur et exprime les plus belles notes oxydatives. Il en résulte un vin immortel, dont quelques gouttes suffisent pour enchanter une volaille ou un brochet. Le vin jaune n'oublie pas qu'il est né dans un pays de forêts dont le bois assure d'excellentes fumaisons. Il ne craint pas non plus de s'encanailler avec une saucisse de Morteau et une belle tranche de comté. ■

Le mont d'or ou vacherin du Haut-Doubs.



Trois produits à ne pas manquer

■ **Le mont d'or ou vacherin du Haut-Doubs.** Ce fromage au lait cru est fabriqué de la fin de l'été jusqu'au début du printemps. À point, il est si crémeux qu'on aime le déguster à la cuillère. On peut le chauffer 30 min dans sa boîte, à four th. 6 (180 °C).

■ **Le vin jaune** est un blanc typique du Jura. Il se caractérise par des arômes de noix et des notes oxydatives. C'est le résultat d'un élevage en barrique ouverte pendant plusieurs années sous un voile de moisissures.

■ **Les Griottines**, spécialité de la ville de Fougerolles, en Haute-Saône, sont des cerises aigres ou des griottes marinées dans de l'eau-de-vie. Elles se dégustent telles quelles ou dans une recette sucrée ou salée.



Les Griottines, des cerises à l'eau-de-vie.



Des vaches de la race montbéliarde, typiquement locales, dont le lait sert à fabriquer le morbier, le comté ou encore le fameux mont d'or.

Le rösti ou galette de pommes de terre franc-comtoise était cuit, à l'origine, dans du saindoux. On peut l'enrichir de comté, de morbier ou de mont d'or.



Familial

Les conseils d'Aurélien Moutarlier

CHEF DU RESTAURANT LE GRAIN DE SEL À DOLE (39)

■ **Choisissez des pommes de terre** à chair ferme pour une bonne tenue pendant la cuisson. Détaillez-les en bâtonnets assez épais pour que la galette ne se transforme pas en purée.

■ **Démarrez la cuisson dans un four très chaud** et baissez-la pour obtenir des pommes de terre toutes croustillantes et moelleuses à l'intérieur.

■ **Ajoutez des herbes de saison** et des petits éclats de noisettes pour apporter un peu de croquant. À la sortie du four, répartissez de fines lamelles de comté sur la galette chaude.



Rösti à la saucisse de Morteau

●●● Pour 6 personnes - Préparation : 25 min - Cuisson : 35 min

- 2 saucisses de Morteau ■ 1 kg de pommes de terre bintje ■ 1/2 oignon haché ■ 1 gousse d'ail hachée ■ 1 œuf entier ■ 30 g de beurre ■ 1 cuil. à soupe de farine ■ 1 cuil. à s. d'huile ■ sel, poivre du moulin.

PELEZ les pommes de terre. Rincez et râpez-les. Pressez-les dans un torchon pour les essorer. Mélangez-les dans un saladier avec l'œuf battu, l'ail, l'oignon et la farine en pluie. Salez et poivrez.

CHAUFFEZ l'huile et le beurre dans une grande poêle. Versez-y la préparation et

cuisez 5 min à feu vif. Baissez le feu et faites cuire 10 min, jusqu'à ce que le côté de la galette soit doré. Retournez-la et cuisez encore 10 min pour que les deux côtés soient dorés. Gardez au chaud.

DÉCOUPEZ les saucisses en tranches. Poêlez-les à sec en les retournant et en les pressant à l'aide d'une spatule. **DÉTAILLEZ** la galette en parts sur des assiettes de service et répartissez les tranches de saucisse. Servez aussitôt.

PETITES PORTIONS Vous pouvez faire des röstis individuels dans des poêles à blinis.

Dans les fermes de Franche-Comté, avec une traite, les paysans préparaient un caillé qu'ils recouvraient de cendre pour bien le protéger, puis le lendemain ils ajoutaient le caillé issu de la traite suivante. Cette fine rayure de charbon végétal caractérise toujours le morbier.



SOUS SURVEILLANCE Piquez les saucisses avec une aiguille pour éviter qu'elles éclatent puis versez un peu d'eau chaude dans la choucroute si vous constatez que l'évaporation est trop rapide.

Choucroute gratinée au morbier

●●● Pour 6 pers. - Prépa : 25 min - Cuisson : 2 h 15

- 2 kg de choucroute crue
 - 300 g de poitrine fumée
 - 1,2 kg de palette fumée de porc
 - 1 saucisse de Morteau
 - 3 saucisses de Montbéliard
 - 300 g de morbier
 - 1 carotte
 - 2 oignons
 - 12 pommes de terre à chair ferme
 - 1 bouquet garni
 - 100 g de saindoux
 - 75 cl de vin blanc d'Arbois
 - 1 pincée de gros sel.
- Épices : ■ 1/2 cuil. à c. de cumin
 ■ 2 clous de girofle ■ 1 cuil. à café de baies de genièvre
 ■ 1 cuil. à café de poivre noir.

RINCEZ la choucroute à l'eau froide et essorez-la. Enfermez les épices dans une mousseline avec la carotte pelée et coupée en morceaux. **ÉMINCEZ** les oignons, faites-les fondre à la cocotte avec le

saindoux. Ajoutez la moitié de la choucroute, les épices, la palette, la poitrine et le bouquet garni. Recouvrez du reste de choucroute. Versez le vin et le gros sel. Couvrez et laissez cuire pendant 2 h sur feu doux en surveillant régulièrement. **CUISEZ** les pommes de terre non pelées dans de l'eau salée. Environ 30 min avant la fin de la cuisson de la choucroute, ajoutez les saucisses. **CHAUFFEZ** le gril du four. Taillez le morbier en lamelles. Ôtez les épices et le bouquet garni. Découpez les saucisses et les viandes en tranches. Répartissez choucroute, viandes, saucisses et pommes de terre dans des cassolettes. Parsemez de lamelles de morbier, enfournez et laissez gratiner en surveillant bien. Servez sans attendre.



Tarte à la noisette

●●● Pour 6 personnes
 Préparation : 15 min - Cuisson : 40 min

- 1 rouleau de pâte sucrée ou feuilletée
- 160 g de noisettes en poudre
- 2 œufs
- 4 cuil. à s. de crème fraîche entière
- 120 g de sucre
- 80 g de chocolat noir râpé
- 1 pincée de cannelle.

CHAUFFEZ le four à th. 6 (180 °C). Déroulez la pâte dans un moule à tarte avec son papier cuisson. **FOUETTEZ** les œufs, le sucre et la cannelle dans un grand saladier.

Ajoutez la crème fraîche, le chocolat râpé et les noisettes en poudre. Mélangez soigneusement. **VERSEZ** cette préparation sur le fond de tarte et lissez avec une spatule. Glissez dans le four et faites cuire 35-40 min. Laissez tiédir la tarte et démoulez-la sur un plat.

ENCORE PLUS PARFUMÉE Ajoutez le zeste râpé d'une orange ou d'un citron bio dans la garniture.

Sèches du Haut-Doubs

●●● Pour une vingtaine de pièces - Préparation : 30 min
 Repos : 1 h - Cuisson : 10 min

- 100 g de beurre mou
- 200 g de crème fraîche épaisse
- 300 g de farine + 50 g pour le plan de travail
- 100 g de sucre cristallisé ou cassonade
- sel fin.

MÉLANGEZ bien la farine, le beurre et une pincée de sel dans un saladier. Ajoutez la crème fraîche et pétrissez jusqu'à obtenir une pâte homogène. Façonnez une boule et enveloppez-la dans du film étirable. Laissez reposer 1 h au frais. **PRÉCHAUFFEZ** le four à th. 7 (210 °C). Farinez le plan de travail et étalez la pâte sur 5-6 mm d'épaisseur. Poudrez-la de sucre et tapotez un peu avec la main pour le faire juste pénétrer. Découpez la pâte en triangles ou en rectangles à l'aide d'un couteau ou d'une roulette à pâtisserie. **DISPOSEZ** les sèches sur une plaque à pâtisserie recouverte de papier sulfurisé et cuisez-les 8-10 min dans le four.

LE TRUC Il faut bien surveiller la cuisson, car le sucre ne doit pas caraméliser.



15 recettes régionales sur cuisineactuelle.fr
 Retrouvez vite les spécialités de Franche-Comté sur <http://www.cuisineactuelle.fr/franche-comte>

Poulet au vin jaune

●●● Pour 6 personnes
 Préparation : 30 min
 Cuisson : 1 h 15

- 1 poulet de Bresse coupé en 8 morceaux
- 2 échalotes ciselées
- 200 g de morilles fraîches (ou 50 g déshydratées)
- 1 cuil. à soupe de cerfeuil
- 60 g de beurre
- 40 cl de vin jaune
- 400 g de crème fraîche épaisse
- 2 cuil. à soupe de vinaigre
- 2 pincées de noix de muscade râpée
- sel, poivre blanc.

ASSAISONNEZ les morceaux de poulet avec la noix de muscade, du sel et du poivre. **FAITES REVENIR** les morceaux de poulet quelques minutes à la cocotte avec le beurre chaud, sans coloration. Ajoutez les échalotes et cuisez-les 1 min. Versez le vin, couvrez et laissez mijoter 45 min à feu doux. **NETTOYEZ** les morilles et coupez-les en deux dans le sens de la longueur si elles sont grosses. Lavez-les dans de l'eau vinaigrée, puis rincez-les à l'eau claire. Égouttez-les et épongez-les avec un papier absorbant. Si vous utilisez des morilles sèches, réhydratez-les 2 h dans un récipient d'eau tiède. **PLACEZ** les morilles dans la cocotte. Ajoutez la crème fraîche, mélangez et laissez mijoter 20 min. Parsemez de cerfeuil et servez.

CHEZ LE VOLAILLER Vous ne trouvez pas de poulet de Bresse chez votre volailler ? Un bon poulet label Rouge ou fermier fera l'affaire.



Le vin jaune, traditionnellement vendu en bouteille de 62 cl (appelée clavelin), est très sec alors que le vin de paille est doux, tout comme le macvin.

CARNET D'ADRESSES GOURMAND

▶ L'ÉCUREUIL

À Lons-le-Saunier, tout le monde court après l'écureuil. Cette pâtisserie à la noisette a été inventée pendant la guerre par l'arrière-grand père d'Arnaud Pelen. Le chocolatier maîtrise son sujet, depuis la fève de cacao, la noisette et l'amande, jusqu'au chocolat et au praliné. Sans esbroufe, Arnaud Pelen nous régale avec une rare sincérité.

■ Pelen, place de la Liberté, 39000 Lons-le-Saunier, 03 84 24 31 39 et pelen.fr

▶ LA BIÈRE

Le petit jeu consiste d'abord à débuser la petite souris cachée sur l'étiquette. Mais l'essentiel est dans la bouteille : une "bière à boire", comme la définissent Jean-Yves Nauroy et Régis Barth, ses deux créateurs. Les ingrédients sont bio et se transforment dans les cuves sous le gouvernement de levures indigènes. Blanche, blonde, ambrée ou brune, la bière varie au gré des saisons.

■ La Franche, 28 rue principale, 39600 La Ferté, 03 84 37 65 33 et lafranche.net

▶ LA CARPE FUMÉE

Dans les étangs de Gisèle Fèvre, les carpes, les sandres, les brochets et les gardons sont comme... des poissons dans l'eau, presque sauvages. La piscicultrice les nourrit un peu l'été et jette ses filets à l'automne.

Les poissons sont vendus frais ou fumés, ou encore transformés en terrines. Avec ou sans la peau, les filets de carpes sont cuisinés en goujonnettes.

■ Gisèle Fèvre, 24 rue des Étangs, 39230 Champrougier, 03 84 85 59 05.



▶ LE VERT SAPIN

Les montagnes du Jura et du Doubs sont couvertes de sapins. L'épineux et ses bourgeons inspirèrent à Armand Guy une liqueur d'une belle couleur émeraude. Un siècle plus tard, dans la dernière distillerie de la ville, ses descendants fabriquent toujours le Vert Sapin, à côté de l'absinthe, que l'on a baptisée la Fée Verte (longtemps interdite), ainsi que le Pontarlier-Anis.

■ Distillerie Guy, 49 rue des Lavaux, 25300 Pontarlier, 03 81 39 04 70 et sur le site pontarlier-anis.com



▶ LES VINS DU SUD-REVERMONT

Le Sud-Revermont est la partie la moins connue du vignoble du Jura. Les producteurs du cru (une quinzaine) ont adhéré au projet de la communauté de pays, la Caborde, une aire viticole. Dans un cube futuriste au bord du vignoble, on découvre les vins et des expositions artistiques éphémères.

■ La Caborde, Montée du Taret, 39190 Orbagna, 03 84 48 06 04 et sur le site lacaborde-jura.fr

▶ LE MORBIER

Chez les Poulet, le fromage est une longue histoire familiale. Après avoir fabriqué du comté, ils ont trouvé leur voie avec le morbier. Ils transforment le lait cru de trois producteurs franc-comtois. Ici, le morbier est toujours délicieux, qu'il soit doux (2 mois), fruité (3 mois) ou encore vieux (5 mois).

■ Fromagerie Poulet, 10 place de l'Église, 39210 Granges-sur-Baume, 03 84 48 28 32 et sur le site fromagerie-artisanale-jura.com

▶ LE BRÉSI

Yves Brelot est un boucher charcutier comme on aimerait en rencontrer plus souvent. Chez lui, l'authenticité n'est pas un slogan, mais un vrai savoir-faire. En témoigne son brési, une variante de la viande des Grisons suisse. À découvrir aussi : le Jésus de Morteau, énorme saucisse fumée, ou les rillettes de porc fumée.

■ Frédérique et Yves Brelot, 88 Grande Rue, 39800 Poligny, 03 84 37 12 52.

▶ LES ESCARGOTS

Chaque année, au printemps, Anne-Catherine Bonvalot accueille environ 1 million de gros-gris dans ses parcs. Tous ses escargots grossissent en se gobegeant de l'herbe des prairies, d'un peu de céréales et de beaucoup de calcium pour leur coquille. Ce régime est la garantie de leur qualité. Ils sont vendus au naturel ou cuisinés

selon l'une des recettes imaginées par Anne-Catherine Bonvalot.

■ L'Escargotière Bonvalot, 39350 Le Petit Mercey, 03 84 81 07 01 et sur le site escargotiere.com

▶ LE VINAIGRE DE MACVIN

Le macvin est un vin du Jura.

On y ajoute de l'alcool pour stopper sa fermentation et conserver des sucres résiduels. À Arbois, Philippe Gonet le transforme en vinaigre avec des notes balsamiques. Son vieillissement se fait dans des barriques en chêne. Il propose également des vinaigres de vin jaune.

■ Vins & Vinaigres, 16 Grande Rue, 39600 Arbois, 09 61 57 02 04 ou sur le site vins-et-vinaigres.com

▶ LA FARINE DE GAUDE

Le moulin est envahi par les parfums de torréfaction.

Comme le café, les grains de maïs sont cuits, ici, au feu de bois de chêne. La farine de maïs qui en est tirée a un léger goût fumé. On l'appelle la farine de gaude, traditionnelle dans le Jura. Sans gluten et plus digestible, elle s'utilise telle quelle ou coupée avec du froment.

■ Le Moulin Taron, 2 rue du Moulin, 39120 Chaussin, 03 84 81 81 06 ou sur gaudes-de-chaussin.com



LA FRANCHE-COMTÉ D'UN CLIC

Tout pour un repas franc-comtois, de la charcuterie aux fromages. doubs-direct.fr

La véritable saucisse de Morteau ou de Montbéliard et mille autres produits fumés. decrease.com

Goûtez le miel de sapin du Jura et ses produits dérivés d'une petite coopérative apicole. cooperative-apicole.fr

Les célèbres Griottines de Fougerolles, en bocal ou en joli coffret, mais aussi les Framboisines. www.laboutiquegriottines.com

Découvrez toute la richesse aromatique des vins jaunes du Domaine Badoz. badoz.fr