

Gastronomie Savoyarde

1/ Introduction

La cuisine savoyarde, qui a su inspirer les poètes, tient une place très caractéristique dans la cuisine française; place due à sa situation géographique. La Savoie, depuis les temps les plus reculés, a été le passage, le lien avec les autres civilisations.

On se trouve, en fait, devant 3 traditions culinaires, très différentes les unes des autres.

La première, très simple, directement héritée de la cuisine des habitants des hautes vallées comprenant:

les soupes, les recettes à base de pommes de terre de type farçon, rambollets, farcement..., la polenta (dûment établie au XVIIIe siècle), les viandes salées très rares et limitées le plus souvent à de la chèvre ; la « friandise » des jours de fête" : le riz au lait, les beignets, les rissoles et... le pain. Le pain dont de récentes études fixent la consommation au XVIIe siècle entre 1,200 kg. et 2 kg. par personne et par jour. Il ne faut pas hésiter à rappeler « la pauvreté fondamentale » de l'ancienne Savoie, pour ne pas s'étonner devant la rusticité de ces mets

La deuxième tradition, constituée au fil des années par les cuisinières des maisons bourgeoises ou des familles de l'aristocratie, a beaucoup évolué au XVIIIe siècle pour atteindre son apogée au XIXe siècle. Je citerai comme exemples les préparations au fromage : genre niokis, soufflés, ramequins ; les préparations de viande fraîche ou de venaison : fricandeau, rouelles, filets, les civets, salmis... ; les apprêts de légumes et surtout les entremets : crèmes, flans, sambayon, gâteaux secs, biscuits etc.

A l'origine de la troisième tradition les hôteliers, aubergistes, restaurateurs accueillant depuis des siècles, les hôtes de passage (la plus ancienne voie romaine allait de Milan aux berges du Rhône par le petit Saint Bernard, Bourg-Saint-Maurice, Moutiers, Conflans etc.) et permettant ainsi le mixage des produits les plus hétéroclites avec les denrées habituelles locales. C'est par eux que sont arrivés en Savoie les épices, les étonnants mélanges salés sucrés, c'est de là que viennent les pains au safran que l'on fait aujourd'hui encore pour les fêtes locales dans les Bauges, les charcuteries au fenouil, à l'anis etc. C'est aussi par les hôteliers, pour satisfaire une clientèle attirée par les richesses touristiques de la Savoie, qu'on a vu naître une somptueuse cuisine savoyarde mettant en valeur les succulentes ressources locales : du lait des alpages avec les fromages, la crème, aux poissons de lac : feras, truites, ombles chevaliers ; sans oublier le gibier des montagnes : grives, perdrix blanches, bartavelles, gélinottes, coqs de bruyère, chamois ; ni les trésors des sous-bois, des champignons : morilles, chanterelles, cortinaires, trompettes, bolets aux incomparables fraises, framboises, myrtilles.

C'est cette tradition depuis l'Escriteau du Moyen Age au « Suprême d'Ombre Chevalier braisé au Pommery » de chez le père Bise en passant par « les Rognons sur Toast » de la mère Biyot ; qui a fait connaître à la France entière la gastronomie savoyarde.

Trente deux étoiles "Michelin" illuminent vingt trois restaurants gastronomiques des deux départements de Savoie et de Haute-Savoie... une véritable voie lactée gourmande qui constitue un atout maître du tourisme en Pays de Savoie.

Les Pays de Savoie comptent trente deux étoiles pour vingt établissements. Cette forte concentration d'étoiles est un atout touristique majeur et s'inscrit dans la droite ligne d'une tradition gastronomique historique : la Savoie (et notamment la cour de ses Ducs), terre ancestrale de haute gastronomie, a connu le chocolat ou les sorbets avant la cour de France. Située sur la route des épices, ses recettes les plus anciennes en faisaient déjà usage bien avant la mode de la "Fusion Food". Les vingt trois créateurs réunis à l'abbaye de Tamié sont les dignes héritiers des grands cuisiniers des Ducs de Savoie (*dont le fameux maître Chiquart*) et se battent tous pour faire savoir que la cuisine des Pays de Savoie ne se résume pas à la fondue et à la tartiflette....

Les chefs étoilés des Pays de Savoie

3 étoiles***

▶ Marc Veyrat (*Veyrier-du-Lac*)

2 étoiles **

▶ Le Clos des Sens (*Laurent Petit - Annecy-le-Vieux*) ▶ Le Bateau Ivre (*Jean-Pierre Jacob, pour chacun de ses deux établissements : [Le Bourget-du-Lac](#) et [Courchevel](#)*) ▶ Le Hameau Albert 1er (*Pierre Carrier - [Chamonix](#)*) ▶ Le Chabichou (*Michel Rochedy - Courchevel*) ▶ Flocons de Sel (*Emmanuel Renault - Megève*) ▶ La Bouitte (*René et Maxime Meilleur - St-Marcel*)

1 étoile *

▶ Le Belvédère (*Vincent Lugrin - [Annecy](#)*) ▶ La Ciboulette (*Georges Paccard - Annecy*) ▶ Auberge Lamartine (*Pierre Marin - Bourdeau*) ▶ La Grange à Sel (*Jean-François Trepier, chef Gilles Bleney - Le Bourget-du-Lac*) ▶ Le Château de Candie (*Boris Campanella - Chambéry-le-Vieux*) ▶ Le Bistrot (*Michaël Bourdillat - Chamonix*) ▶ Les Roches Fleuries (*Vincent David - patron : M.Picot - Cordon*) ▶ Le Farçon (*Julien Machet - La Tania*) ▶ Les Morainières (*Mickaël Arnoult - Jongieux*) ▶ L'auberge du Père Bise (*Sophie Bise - Talloires*) ▶ Le Prieuré (*Charles Plumex - [Thonon-les-Bains](#)*) ▶ Les Barmes de l'Ours (*Alain Lamaison, patron: Raphael Tamazon Val d'Isère*) ▶ L'Oxalys (*Jean Sulpice - [Val Thorens](#)*) ▶ La Ferme de l'hôpital (*Jean-Jacques Noguier - Bossey*) ▶ Ô Flaveurs (*Jérôme Mamet - Douvaine*).

[2/Un peu d'histoire :](#)

Rappel :

La Savoie était avant tout un Etat t un Etat qui, du XI° au XIX° siècle, s'étendait de la Bresse au Lac Majeur et du Pays de Vaud à Nice; et ce, grâce aux efforts d'une famille princière originellement Comtes de Maurienne, puis Comtes de Savoie dès le XIII° siècle, avant de devenir Ducs de Savoie dès 1416 et enfin Rois de Sardaigne dès 1718. Cet Etat a disparu en 1860, suite à un vote populaire, lors de l'unité italienne : Nice et la Savoie sont passées à la France, alors que le Piémont, la Ligurie et la vallée d'Aoste s'intégraient dans le tout nouveau Royaume d'Italie dont le Duc de Savoie fut le Roi souverain.

La Savoie est divisée en provinces : la Savoie-Propre (vallée d'Aix les Bains, Chambéry, Montmélian et l'avant-pays bugiste), la Tarentaise (haute vallée de l'Isère), la Maurienne (vallée de l'Arc), le Chablais (tout au nord), le Genevois (entre Annecy et Genève) et le Faucigny (vallée de l'Arve entre Genève et le Mont Blanc).

On distingua longtemps le "Savoyard" habitant du duché, du "Savoisien" sujet du prince (la même différence existe en italien entre Savoya et Sabauda). Si le premier terme avait une connotation

péjorative, il l'emporta néanmoins sur le second qui reste toutefois utilisé comme adjectif dans les appellations officielles et surtout par les vrais amoureux de la Savoie qui restent savoisiens.

Anne de Chypre

Anne de Lusignan ou *Anne de Chypre* ([24 septembre 1418](#) – [11 novembre 1462](#)) est la fille de [Janus de Chypre](#), [roi de Chypre](#) (ainsi que [roi titulaire de Jérusalem](#) et [roi titulaire d'Arménie](#)), et de [Charlotte](#), sœur de [Jacques II de Bourbon, sire de La Marche](#). En 1433 ou 1434, elle épouse à [Chambéry](#) le duc [Louis Ier de Savoie](#), fils d'[Amédée VIII de Savoie](#) et de [Marie de Bourgogne](#), fille du duc de Bourgogne, [Philippe le Hardi](#). Elle aura avec son époux dix-neuf enfants, dont cinq morts en bas âge. Elle meurt le [11 novembre 1462](#) à [Genève](#) (aujourd'hui en [Suisse](#)).

Biographie [modifier]

[Louis Ier de Savoie](#), plus intéressé par la poésie que par la préoccupation de ses partisans et de ses vassaux, mais très amoureux de sa femme, laisse petit à petit le pouvoir à celle-ci, qui, nostalgique de son pays, organise de nombreuses réceptions avec les plus puissants seigneurs [chyprites](#). Pour se concilier l'entourage, elle décore les châteaux, organise des fêtes et offre des présents aux invités. Ceux-ci, convoitant les richesses de la région, écument le trésor de l'État, ce qui provoque une protestation vigoureuse chez les paysans et les nobles du [pays de Vaud](#).

La beauté d'Anne de Lusignan ne peut empêcher le pillage de certaines provinces mais dit-on, le pays de Vaud, sous la protection du duc, sera ménagé. Elle sera accusée d'avoir dilapidé les bijoux et l'[argenterie](#) de la [maison de Savoie](#), et les avoir offert à ses amants ou favoris [chyprites](#). Sans doute fut-elle bel et bien « une femme incapable d'obéir mariée à un homme incapable de commander ».

Pour juguler une partie de ses dettes, Anne de Lusignan doit par nécessité organiser un beau mariage pour une de ses filles, et une union avantageuse pour la maison de Savoie. Sa fille Charlotte âgée seulement de dix ans, épouse le [2 février 1451](#) le [dauphin de France](#), futur [Louis XI](#), qui réclamera faute de la [dot](#) promise, de nouveaux fiefs et s'emparera de plusieurs châteaux de la [Bresse](#) et plusieurs chefs-lieux du Pays de Vaud. Le Pays de Vaud est délégué au commissaire [Amédée Ravier](#) en [1456](#) à [Moudon](#). Sa fille Agnès est aussi mariée à un prince français [François d'Orléans-Longueville](#), fils du « [Bâtard d'Orléans](#) » compagnon de Jeanne d'Arc.

On la disait jolie et vive comme sa mère, elle eut plusieurs amants avec une certaine complaisance de son mari, le plus fidèle d'entre eux, fut [Jean de Compey](#), favori de la duchesse et seigneur de [Thorens](#). En [1447](#), la commune de [Monnetier-Mornex](#) a été le lieu d'une tentative d'assassinat à l'encontre de [Jean de Compey](#), qui faillit aboutir à une guerre entre la [Savoie](#) et le royaume de [France](#).

Pieuse, elle fera ériger la chapelle Sainte-Marie-de-Bethléem du couvent de [Rive \(Genève\)](#), les travaux seront confiés à maître Jean de Blany.

Le [13 septembre 1452](#), Anne de Lusignan achète le [Suaire de Turin](#) à Jeanne de Charny en échange du château de [Varambon](#). Plus tard, vers [1502](#), le pape [Paul II](#) autorisera [Yolande de France](#) de déposer la [relique](#) du [Saint Suaire](#) dans la chapelle du château de [Chambéry](#) dont il fera élever une tour au-dessus de la sacristie, comme symbole religieux.

Sa piété se révèle par le fait qu'un de ses fils a été reconnu [bienheureux](#) par l'Église et que trois autres devinrent [évêques](#).

Voyage [Nicosie-Chambéry](#)

Anne de Lusignan voyagea par mer et terre, au départ de Nicosie à bord d'une [galée](#) savoyarde construite sur les chantiers de Villefranche (aujourd'hui [Villefranche-sur-Mer](#)) et commandée par *Simonino dal Pozzo*. En passant au large des îles [Gazopolis](#), des îles [Lezines](#), petite halte au port de [Parengo](#). Puis [Venise](#) pour un repos de quelques jours dont Anne profitera pour visiter les splendeurs de la ville. [Naples](#) avec une courte halte et [Nice](#) où elle sera accueillie par la dame [Nicole de Chissé](#) qui sera chargée d'organiser son voyage terrestre, et [Guillemette de Chissé](#) qui deviendra sa dame d'honneur. Ce voyage long et pénible aura duré trois mois. ¹ En [1433](#), Anne de Lusignan est accompagnée à bord de sa [galée](#) par des ambassadeurs et chanceliers venus pour la préparation de l'expédition : [Jean de Beaufort](#), [Humbert de Savoie](#), le bâtard d'*Achaïe seigneur de Ranonigi*, le maréchal [Manfred de Saluces](#) chef militaire et ambassadeur, fidèle ami du duc [Amédée VIII de Savoie](#), et l'[évêque de Turin](#).

Jour des noces [\[modifier\]](#)

Douze gentilshommes pareillement montés, portant les armes de tous les domaines de la couronne : duchés d'[Aoste](#) et de [Chablais](#), contés de [Genevois](#), [Diois](#) et [Valentinois](#), baronnies de [Vaud](#) et de [Faucigny](#) et les fiefs récemment acquis de [Nice](#) et de [Verceil](#). Plusieurs trompettes et ménestrels jouent devant la table d'honneur et le duc [Amédée VIII de Savoie](#) leur accorde un don de deux cents florins d'or.

Nuit de nocce [\[modifier\]](#) [\[modifier\]](#)

Votre futur époux sera [Louis](#) le second fils de Savoie qui succède à son frère. Il n'est pas de doute qu'il est charmant. Certes il aime la musique, les arts, la peinture et le dessin, mais ne passe pas pour être aussi fin politique, puisqu'il n'était pas destiné à régner... ²

Témoignage de son père [Janus de Chypre](#) [\[modifier\]](#)

Sais-tu Anna... que les relations multiples ont tissé des liens fidèles entre notre maison et celle de Savoie. Le comte [Amédée III de Savoie](#) a combattu à [Alexandrie \(Égypte\)](#) sous les ordres de [Pierre Ier de Lusignan](#) roi de Chypre, lors de la croisade, il est mort à [Nicosie](#) en [1143](#) et enterré à [Sainte Croix](#). Nous recevons régulièrement des missives de Savoie.

Anecdotes

Courriers d'Anne de Lusignan, adressés à sa famille :

- La promiscuité régnant sur la [galée](#), Montmayeur et ses compagnons baisaient mes femmes effarouchées mais consentantes...
- Le 7 février : On entre dans la ville de [Chambéry](#) où le prince [Amédée VIII de Savoie](#) et le duc [Louis Ier de Savoie](#) viennent à notre rencontre. Ce dernier descend de cheval, écarte les rideaux de la carriole. *Louise Babin* et la *dame d'Ay* font comprendre au prince que par symbolique et tradition chypriote, il doit délayer le devant du corsage et recueillir la rose rouge qui s'y trouve...

A savoir aussi

- En [1432](#) dans sa dot, Anne de Lusignan amène de [Chypre](#) un [cépage](#), qui est un des plus prolifiques actuellement en [Savoie](#). Sa réputation sur le royaume savoyard se précise dès le XVI^e siècle, par la production de vins blancs de Savoie appelé *Roussette*. La production actuelle de la *Roussette* se développe surtout sur le département de l'[Ain](#). On distingue plusieurs [AOC](#) avec

quatre crus principaux : la Roussette de Savoie cru Frangy, cru Marestel, cru Monterminod et cru Monthoux.

Enfants [Amédée IX de Savoie](#) le Bienheureux (1435 – 1472) : duc de Savoie prince de Piémont, comte d’Aoste et de Maurienne : épouse Yolande de France, sœur de Louis XI de France
Marie
[Louis de Genève](#) (1436 – 1482) comte de Genève et roi de Chypre : épouse Annabelle d’Ecosse puis Charlotte de Lusignan
[Philippe II de Savoie](#)
Jean
[Marguerite de Savoie](#)
[Pierre de Savoie](#)
Janus
[Charlotte de Savoie](#) qui épousa Louis XI roi de France
Aimone
Jacques
Agnès de Savoie (1445 – 1508) : épouse François d’Orléans fils de Jean Dunois dit le Bâtard d’Orléans
[Jean-Louis de Savoie](#) (1447 – 1486) : évêque de Genève et évêque de Tarentaise
Marie
[Bonne de Savoie](#)
[Jacques de Savoie](#) (1450 – 1486) : comte de Romont et seigneur de Vaud
Anne
[François de Savoie](#) (1454 – 1490) : Archevêque d’Auch et évêque de Genève
Jeanne

Mais pourquoi évoquer Anne de Chypre ? Tout simplement parce qu’elle apporta dans ses bagages, non seulement la Roussette qui a fait ensuite une belle carrière vinicole dans notre région, mais aussi les épices, point de départ d’une cuisine de l’« élite » ou « bourgeoise » qui trancha profondément avec la préparation traditionnelle des plats savoyards.

3/Certification des Produits

Pour les vins : AOC (Appellation d’Origine Contrôlée), VDQS, vins de Pays d’ALLOBROGIE définie en 1976 concernant les vins de table de qualité mais non classés de Savoie, Haute-Savoie et de l’Ain.

Pour les autres produits :

L’AOC : L’Appellation d’Origine Contrôlée identifie des produits reconnus uniques et non reproductibles, grâce au travail des hommes (tradition et savoir-faire) et aux conditions naturelles spécifiques d’un territoire.

L’IGP Savoie : L’Indication Géographique Protégée met en avant les produits dont la réputation est liée à leur origine géographique.

Certification de Conformité et Label Rouge : Ils distinguent un produit pour sa spécificité ou pour sa qualité supérieure par rapport à d’autres produits similaires.

L’Association Marque Collective Savoie est chargée de promouvoir les produits Savoie Mont Blanc. Elle construit avec les entreprises régionales, les syndicats de produits, les producteurs et l’ensemble des filières concernées, une démarche fondée des principes de qualité.

4/ Les produits

La Gastronomie

La Savoie pourrait à elle seule satisfaire toutes les exigences alimentaires de sa population.

Le long des vallées alpines, torrents, rivières et lacs fournissent des poissons délicats.

Les pâturages nourrissent des bestiaux pour la boucherie et la production laitière. Aussi, lait, beurre et crème tiennent une large place dans la cuisine et les variétés de fromage sont nombreuses.

En alpage, près des glaciers, poussent lentement les plantes aromatiques telles que le génépi, la vulnéraire et un peu plus bas la gentiane. Senteurs sauvages que l'on retrouve dans les liqueurs et digestifs.

Les vergers sont plantés de cerisiers, de pommiers, de poiriers. Noyers et châtaigniers prospèrent. Fraisiers et framboisiers ne sont pas de reste sans oublier les myrtilles.

La fraîcheur des sols des forêts favorise la pousse des champignons. Gibiers, petits et gros, y sont activement chassés. Sur les coteaux, la vigne s'étale. Vins blancs, vins rouges, mousseux, eaux-de-vie sont produits sur place, ainsi que le Vermouth à Chambéry. Les crus d'eaux minérales sont également fameux.

Et enfin des douceurs comme les bonbons et les chocolats, dont la Truffe qui fut inventée en 1895 à Chambéry par Mr Dufour, régaler notre palet sans oublier de citer mon gâteau préféré que l'on ne trouve qu'au Fidel Berger, rue de Boigne à Chambéry, le fameux Saint Anthelme inventé en 1957, délicieuse meringue fondante garnie d'une crème praliné-nougatine.

Fromages de Savoie

Dans une région de montagne aux fortes pentes, les Savoyards se sont tournés vers l'élevage laitier et la fabrication de fromages. Les 7 fromages de la Route des Fromages de Savoie appartiennent tous au patrimoine historique et gastronomique de notre région depuis des siècles. Reconnus aujourd'hui par des signes officiels de qualité, les étapes de leur production respectent ces cahiers des charges stricts qui formalisent les pratiques traditionnelles :

- une zone géographiquement délimitée : de la production du lait au conditionnement en passant par la fabrication et l'affinage des fromages, toutes les étapes sont obligatoirement réalisées dans des zones définies pour chacun d'eux, à l'intérieur de la Savoie et la Haute-Savoie.
- l'utilisation de races de montagne : pour les vaches Abondance, tarines, montbéliardes ou les chèvres alpines, toute forme d'alimentation fermentée est interdite.
- au fil des saisons : afin de s'adapter à la dureté du climat et aux altitudes élevées, les montagnards ont mis en place une gestion saisonnière des troupeaux. En été, nombre d'entre eux montent en alpages, jusqu'à 2500 mètres d'altitude. En cette saison, les troupeaux contribuent à l'entretien des pistes de ski : pâturée, l'herbe retient le manteau neigeux et limite les risques d'avalanche. En hiver, les animaux sont nourris à l'étable majoritairement avec le foin récolté l'été dans la zone.
- une durée minimum d'affinage garantie : savante alchimie entre l'atmosphère des caves qui permet le développement de la croûte et le savoir-faire de l'affineur, cette phase est une étape cruciale dans la fabrication de nos fromages.
- des critères contrôlés toute l'année : réalisés à tous les niveaux, du lait jusqu'à l'expédition, les contrôles ont pour vocation de vous garantir la traçabilité et les qualités sanitaires de chaque fromage vendu.

Fromage alpin par excellence, la Tomme de Savoie est un fromage d'hiver, fabriqué traditionnellement à la ferme, pendant la période où les bêtes sont à l'étable.

C'est un fromage de garde, qui va sans problème se conserver de longs mois assurant la nourriture familiale au plus profond de l'hiver, l'épaisseur de sa croûte évitant un dessèchement trop rapide.

A l'origine, la Tomme était faite avec du lait écrémé. Le fermier recueillait la crème pour en faire du beurre. C'était donc un fromage relativement maigre, qui se conservait très bien.

En fait, il existe presque autant de Tommes qu'il existe de vallées dans les Alpes. De fabrication pourtant ancienne et traditionnelle, la Tomme ne bénéficie pas de l'AOC du fait de sa diversité mais est protégée par une IGP (Indication Géographique de Provenance). Au niveau européen, ne peut s'appeler Tomme de Savoie qui veut ! Mais uniquement les Tommes au lait de Savoie, fabriquées en Savoie et affinées en Savoie.

S'il est devenu commun de dire que la Savoie est une des régions de France où l'on trouve la plus grande variété de fromages, il faut noter la distinction très importante que fait un Savoyard entre "La Tomme" et les fromages.

La **Tomme** est à elle seule présente à tous les repas: on la met dans les soupes, on la mange fraîchement égouttée avec des pommes de terre bouillies chaudes... Les Tommes sont très différentes quant au goût, chaque terroir ayant son crû de lait typé.

La meilleure est sûrement la **Tome des Bauges** pesant entre 1.2 et 1.5 kg. (*A noter que seule l'orthographe de la tome des bauges ne prend qu'un M ? toutes les autres en prennent 2*)

On peut citer aussi les Tommes du Mont-Cenis pesant entre 5 et 6 kg et les Tommes de Tarentaise de 2 à 2.5 kg.

La Tomme d' **Abondance** d'un poids moyen de 3 kg mais pouvant atteindre 7 ou 8 kg.

On se trouve devant 3 types de fabrication : fabrication fermière de qualité mais aussi excellente fabrication "en fruitière", dénomination locale d'une coopérative et fabrication industrielle.

Les fromages à pâte cuite :

*Le **Emmental**, le plus courant fabriqué dans toutes les fruitières de Savoie.

*Le **Beaufort**, dont l'aire de production a des limites très précises dans le massif du Beaufortain, en Tarentaise, et en Maurienne.

Les fromages à pâte pressée non cuite :

*Le **Reblochon**, dont l'aire de production est aussi très délimitée, dans et autour du massif des Aravis;

*La palouse des Aravis, double Reblochon affiné comme une Tomme.

*Le **Tamié**, fabriqué par les trappistes de l'abbaye de Tamié.

Les autres fromages :

Les fromages de chèvres, Tome de chèvre, **Chevrotin** des Bauges, Grataron d'Arèches, persillé des Aravis, Tignard, le Bleu de Terminion rare et très recherché et aussi les vacherins, semblables à ceux du Jura mais très différents en goût.

En résumé, les fromages les plus connus sont le **Beaufort**, le **Reblochon**, les **Tommes de Savoie**, l'**Emmental Label Savoie**, l'**Abondance**. D'autres moins connus sont aussi excellents

comme le **Vacherin** , fromage à pâte molle et onctueuse, également introduit par les moines de l'abbaye de l'Abondance dans le Haut-Chablais, que l'on vendait par tradition enroulé dans une écorce d'épicéa ou comme le **Vacherin des Bauges** , cerclé de bouleau après avoir été lavé au vin blanc et assaisonné d'aromates. **Les persillés**, de **La Clusaz**, de **Thones**, des **Aravis** sont des petits fromages mixtes (vache et chèvre); ils doivent leur nom à la mie de pain dont on les saupoudrait à l'origine et qui leur donnait une structure interne cariée, en faisant ainsi une sorte de fromage "bleu". Citons encore quelques autres fromages savoyards: Le **Tamié**, fabriqué par les moines trappistes de l'abbaye de Tamié; le **toupin**, fromage laitier à pâte cuite de la vallée d'Abondance ; le **bosson** , petit fromage de chèvre macéré dans de l'alcool et des aromates; le **Hauteluce** et le **chevrotin** qui sont aussi des fromages de chèvre

Les produits de la terre

IGP Savoie : pommes golden delicious, reinettes blanches et grises du Canada, idared, mutsu, melrose, Jonagold, Delbard Jubilé, Gloster, Reine des Reinettes, Elstar. Poires passe-crassane, William's, Louise Bonne, Conférence, Doyenné du Comice, Général Leclerc

Les Pommes

Les variétés d'origine : La pomme Croison Blanc, qui signifie pomme sauvage en patois, venait surtout de Boussy, petite, rouge et blanche, douce et sucrée, elle était beaucoup utilisée pour le cidre. La pomme à Côtes, sucrée et parfumée, était très cultivée. La Franc-roseau à la texture fine et juteuse, était très productive.

Les Poires

La Maude signifie cidre en patois et servait à sa fabrication, montagnarde, rustique et très juteuse, elle était typique de la vallée de Thônes et des environs de Rumilly. La poire Martin-sec, petite sucrée et parfumée était parfaite pour les rissoles. La grosse poire **Curé**, d'une rusticité exceptionnelle, était aussi bonne cuite que séchée. La poire Loup était excellente en compote. La Ramée et la Jandet fameuses cuites dans du vin.

Les Fruits rouges

Cultivés par les producteurs locaux et poussant à l'état sauvage sur les montagnes savoyardes, cassis, groseilles, framboises, mûres et myrtilles colorent les marchés à la belle saison et donnent naissance à une multitude de jus de fruits, confitures, tartelettes et alcool !

La région Rhône-Alpes est la première zone de production de framboises en France, en Haute-Savoie, à des altitudes comprises entre 400 et 600 m, le sol et le micro climat lui sont favorables. Exigeant des soins attentifs et une solide expérience, la framboise est vendue sur les marchés en fruit ou cuisinée.

Pomme de terre : elle était déjà consommée dans la Cordillère des Andes il y a 800 ans. Introduite en Europe vers 1570 par les conquistadores espagnols de retour des Amériques elle surprend par la multitude de ses formes. Mais c'est Augustin Parmentier, pharmacien aux armées ; qui va véritablement la lancer au XVIII^e siècle. Convaincu par ses qualités nutritives il la recommande face aux famines qui ravagent alors la France. Depuis elle a pris la place du chou comme nourriture légumière de base avec 30 kg consommés par habitant. On ne compte pas moins de 60 variétés disponibles et cultivées. Concernant plus particulièrement la région savoyarde, évoquons une race plutôt marginale, la vitelotte, d'une belle couleur violette, qui est cultivée notamment dans le pays de Bourg d'Oisans et sera à l'honneur le 3 Août prochain dans une fête de village à Villard-Reculas. Cette variété rare est également cultivée dans certains

village de Savoie, mais ne représente au mieux qu'une curiosité, sa couleur violette n'étant pas toujours jugée très appétissante.

Les charcuteries

La montagne savoyarde a toujours exigé de ses habitants qu'ils conservent leur viande toute une année durant et qu'ils la transportent facilement vers leurs différents lieux de travail ou de séjour.

Un climat sec et des techniques particulières, donnent à la charcuterie et aux salaisons séchées et fumées, une saveur très originale.

Fabriqué selon un savoir faire traditionnel, aujourd'hui la Savoie vous offre un choix important de purs produits du terroir :

- Le jambon séché et fumé
- Les saucissons qui agrémentent entrées et déjeuners sur l'herbe (parmi lesquels : jésus, tatos ou borfattes, rosettes ou langeollets).
- La viande de boeuf séchée et fumée.
- Les diots de porc et d'âne, le pormonier aux choux et aux herbes, les longeolles et attriaux se caractérisent par leur saveur inimitable

Un climat sec et des techniques particulières donnent à la charcuterie savoyarde et aux salaisons une saveur originale : Attriau, diots, pormoniers (saucisse aux herbes), jambon sec de Savoie, Saucisson de lièvre, longeôles aux couennes, boudin Bressan.

Le label régional Savoie identifie les productions non artisanales de qualité.

Label régional "Savoie" : salaisons de Savoie, jambon sel sec et noix de jambon de Savoie, saucisson sec de Savoie, saucisse sèche de Savoie, jésus de Savoie, rosette de Savoie

Les Diots

Nom régional de petites saucisses pur porc à cuire. Les diots sont souvent préparés avec du vin, rouge ou blanc. Autrefois ils étaient cuits sur des sarments de vigne dans des celliers appelés sartos. Ils s'accompagnent bien de crozets, de polenta ou de chou.

Les Longeôles

Saucisses du Chablais et de la basse Vallée de l'Arve autour d'Annemasse. Elles sont fabriquées avec les couennes du cochon coupées en bande auxquelles on ajoute; chair à saucisse, sel, poivre et cumin sauvage. Les longeôles sont prêtes à être mangées après 3 ou 4 jours. Elles se consomment cuites à l'eau, servies chaudes avec des pommes de terre et une salade.

Les Attriaux

ATTRIAU ou **ATRIAU**. Voilà une grande famille, attriau en Savoie, atriau en Suisse, attereau en Bourgogne, caillette en Ardèche, fricandeau en Lozère et certainement d'autres noms en d'autres lieux. Hachis, en général de foie, de gorge, de chair de porc et/ou de veau, enrichi de vert de blette, enrobé de crépine et cuit dans un plat au four. Les atriaux sont en général dégustés froids comme de petits pâtés.

Les Pormoniers

Le pormonier est une saucisse à base de viande de porc (épaule et poitrine) et de légumes (blettes et poireaux). Le pormonier se consomme plutôt l'hiver, mais il est délicieux cuit et dégusté en salade l'été avec des cubes de beaufort, des pommes de terre coupées en rondelles, des tomates...

Jambon à l'Ancienne

Un vrai jambon artisanal à l'ancienne est facile à reconnaître: il ne porte aucune étiquette! Pour être digne de ce nom, il faut encore utiliser du porc élevé en plein air et nourri aux céréales, le recouvrir de sel de Guérande pendant plusieurs semaines, le frotter avec des épices pour du jambon cru, ou le faire fumer dans un chalet d'alpage avec du bois bien choisi. Il passera ensuite au moins 9 mois en salle de séchage, et le jambon cru sera également trempé dans de la graisse aromatisée pendant un certain temps.

Les poissons

Ce sont essentiellement les poissons de torrent et de lac. Rappelons que les lacs Léman et du Bourget, très poissonneux, ont encore des pêcheurs professionnels qui vivent de leur activité. Ainsi beaucoup de poissons de lac que l'on peut trouver sur les marchés sont-il des poissons sauvages alors que la plupart des poissons de torrents, en particulier les truites sont des poissons d'élevage.

Truites féras (lavarets), ombles chevaliers, ombres (à ne pas confondre avec les ombles), truites fario ou arc-en-ciel, et bien d'autres, font le délice des amateurs et figurent souvent en place d'honneur dans les cartes des restaurants de la région.

Les alcools

La montagne offre un grand choix de plantes aromatiques qui explique la tradition liquoriste locale.

Dans les villages, la venue de l'alambic pour fabriquer l'alcool blanc à partir de fruits, de marc de raisin ou de racines de gentiane, était un vrai moment de fête ! Aujourd'hui, l'alambic vient toujours dans les villages et il existe encore quelques bouilleurs de cru.

Les Alcools rares

Les alcools blancs de sorbier (graines), le kirsch de Lugrin, eau-de-vie de cerise de Lugrin (petit village au bord du Léman).

Les prunes noires ou bleues poussant à 1000 m d'altitude, les fameuses framboises de Machilly, les poires Williams et les mirabelles sont aussi distillées.

La Liqueur des Aravis

Elle est obtenue par macération puis distillation de nombreuses essences alpines.

Gentiane

Très typique, on en fait de l'eau-de-vie (45°) en distillant ses racines, ou de la liqueur (40°) en les faisant macérer dans de l'alcool et du sucre.

Génépi

Liqueur traditionnelle des régions savoyardes.

La chèvre

Chaque maison a sa recette pour fabriquer ce breuvage qui fermente deux mois en tonneau sous pression!

Composition : cidre, alcool de riz ou de fruits, cannelle ou autres épices, miel et levure de bière.

Citons encore :

La liqueur de millepertuis
La liqueur de prunelle
L'Alcool de genièvre
La Vulnéraire ou thé des Alpes (Sidéritis à feuilles d'hysope)

Les vins

Dès le 1^{er} siècle, Columelle et Pline l'ancien saluent les vignobles de Savoie. Au moyen âge, ce sont les moines de Cluny qui témoignent des saveurs des vins de Savoie. Aujourd'hui, c'est à notre tour de découvrir cette diversité.

Histoire de la vigne

Venue d'orient, la vigne apparaît et se développe dans notre région avec la colonisation romaine. Au moyen âge, évêques et religieux ont un rôle important dans l'expansion de la vigne. Pour les besoins de l'Eglise, elle est plantée jusque dans les hautes vallées. Les croisades font connaître de nouveaux cépages. A la fin du XIX^{ème} siècle, de grandes épidémies touchent le vignoble. La viticulture s'est maintenue en choisissant de faire des vins de qualité.

1/ Situation générale Le vignoble s'étale entre 200 et 1 000 mètres, couvre 2500 ha, des rives du Lac Léman à la Combe de la Vallée de l'isère.

2/ Sol et sous-sol Les vignobles reposent sur des sous-sols calcaires. Les terres à vignes sont formées par des éboulis de terrains jurassiques mêlés avec la molasse marine tertiaire ou les dépôts glaciaires.

3/ Altitude La vigne se rencontre en Maurienne jusqu'à plus de 1000m. Le vignoble proche du Lac Léman se situe entre 370m et 450m et profite du microclimat entre les Alpes et le Salève (montagnes en bordure de Genève).

4/ Climat Le climat présente des variations assez grandes selon l'altitude — entre 200 et 600m. La température baisse d'un degré tous les 116m et, au-delà de 600 m de 1° tous les 247 mètres.

5/ Ensoleillement, température, pluviométrie La température moyenne à Albertville est de 10°7 et la hauteur des pluies de 1 116 mm. On comprend le caractère très vif et acide des vins proches de cette région (Cruet, Arbin, Saint-Jean-de-laPorte, Montmélian). En Savoie, la température moyenne est plus faible (9°1 à Bonneville, vignoble d'Ayze).

6/ Vents La direction des vents est influencée par les vallées. En Savoie, c'est le vent du nord qui domine avec les vents du sud-ouest et, en Haute-Savoie, ceux du nord-est dominant par rapport aux vents du sud-ouest et du sud.

7/ Cépages Les cépages utilisés sont particulièrement adaptés au climat.

Vins blancs : l'Altesse ou Roussette, l'Aligoté, le Chasselas, la Jacquère, le Chardonnay, la Molette et le Gringet.

Vins rouges: la Mondeuse, le Gamay, le Persan et le Pinot.

8/ Caractéristiques organoleptiques Les vins blancs les plus typés se caractérisent par une robe brillante (acidité) jaune paille généralement claire, au fruité discret auquel se mêlent souvent des arômes floraux ou de noisette (Roussette). Le plus typé étant le Seyssel où l'on trouve la bergamote et la violette (Dr. Romain). Les vins rouges issus du cépage Mondeuse,

d'un beau rouge pourpre au bouquet particulier, dégagent des arômes de fraise et de framboise. Ils s'associent parfaitement aux fromages régionaux.

Les vins de réputation

La rive gauche du Léman est une des rares régions de France à vinifier le Chasselas. On y produit les vins blancs *Marin* et *Ripaille* à Thonon, et le *Marignan* à Sciez. Le *Crépy sec*, est un vin d'appellation d'origine contrôlée, limité au territoire de Douvaine, Loisin et Ballaison.

Tous ces vins se dégustent frais mais non glacés avec les poissons, les fruits de mer, les hors-d'œuvre, les fromages et le gâteau de Savoie, mais naturellement aussi avec la fondue Savoyarde et la raclette.

Sur trois zones de production distinctes, on trouve des blancs A.O.C. Vin de Savoie : *Ayze*, *Ripaille*, *Marignan*, *Marin*, *Roussette de Frangy*, *A.O.C. Crépy* et *A.O.C. Roussette de Seyssel*.

Trois cépages particuliers font la fierté de ces vignobles : l'Altesse (ramené de Chypre au temps des croisades), le Chasselas et le Gringet.

Les vins rouges A.O.C. Vin de Savoie sont le *Gamay* et la *Mondeuse*.

Les appellations

Les A.O.C. (Appellation d'Origine Contrôlée)

- *A.O.C.: Seyssel (1942) blancs tranquilles ou mousseux de Seyssel*
- *A.O.C.: Crépy (1948) vins blancs de Crépy*
- *A.O.C.: Roussette de Savoie. crus : Frangy, Marestel, Monterminod et Monthoux.*
- *A.O.C.: Vins de Savoie (1973) crus : Aymes, Apremont, Arbin, Ayza, Charpignat, Chautagne, Chigin, Chigin-Bergeron, Cruet, Jongieux, Marignan, Marin, Montmélian, Ripaille, Sainte Marie d'Alloix, Saint Jean de Prieuré, et Saint Jean de la Porte*

V.D.O.S.

Vins du Bugey.

Les vins de pays d'ALLOBROGIE

L'appellation définie en 1976 concerne des vins de tables de qualité mais non classés de Savoie, Haute Savoie et de l'Ain

Les cépages.

BLANCS

<i>Cépages</i>	<i>Crus</i>
<i>Jacquère: rendement bon, cep vigoureux, grappes moyennes, grains sphériques inégaux</i>	<i>Apremont, chignin, St Jean Prieuré, Aymes (73)</i>
<i>Gringet: rendement moyen, cep vigoureux, grappes moyennes, grains globuleux</i>	<i>Ayze (74)</i>
<i>Altesse ou Roussette: rendement faible, cep vigoureux, grappes petites, grains ellipsoïdaux petits</i>	<i>Marestel, Monthoux, Monterminod (73), Frangy (74)</i>

Chasselas: rendement bon, vigueur moyenne, grappes assez grandes, grains gros sphériques	Ripaille, Marin, Marignan, Crépy (74)
Molette: rendement bon, vigueur moyenne, grappes assez grandes, grains gros sphériques	Seyssel mousseux (01-74)
Roussanne: rendement moyen, cep vigoureux, grappes moyennes, grains sphériques moyens	Chigin-Bergeron (73)

ROUGES.

Cépages	Crus
Gamay: rendement bon, vigueur moyenne, grappes moyennes, grains ellipsoïdaux	<u>Chautagne</u> , Jongieux (73)
Mondeuse: rendement bon, cep vigoureux, grappes assez grandes, grains sphériques inégaux	Arbin, St Jean de la Porte, Fréterive (73)
Pinot noir: rendement moyen, cep vigoureux, grappes petites, grains petits	Chignin (73)

[5/Clin d'œil sur Pralognan-la-Vanoise](#)

Le farçon, la potée, le pormonier, la saucisse aux herbes, la tartiflette ou la tartichèvre, la raclette au feu de bois, la fondue savoyarde, le beaufort ou la tomme, les diots, les vins des pays de Savoie, les liqueurs, les tisanes du vieux guide... Vous ne pourrez visiter Pralognan la Vanoise sans vous arrêter dans un de ses restaurants typiques. Laissez vos papilles s'imprégner de ces vraies saveurs, dans une ambiance conviviale. C'est sûrement autour d'une table que le savoyard est le plus chaleureux.

Les fromages de Pralognan la Vanoise, du Beaufort de Chavière dont on a dit qu'il est «le Prince des Gruyères», au Chèvre (et à son Sérac) de Chat Pendu, aux Tommes de Savoie, ils sont les nobles fruits des alpages. Ils font partie intégrante du patrimoine de cet ancien village qui n'a vécu que du pastoralisme pendant plusieurs siècles.

Le Beaufort se présente sous la forme d'une meule de 40kg en moyenne à talon concave. Il est reconnu A.O.C depuis 1968 et produit dans la partie haute montagne du département de la Savoie. A Pralognan, Claude Glise, Pierrick et Samantha perpétuent ce savoir-faire dans une des vallées les plus sauvages et les plus remarquables de Savoie : la Vallée de Chavière, principale porte d'entrée du Parc National de la Vanoise.

La Gentiane, alcool traditionnel de Pralognan la Vanoise, il est rare. Le vieil alambic de la Croix dans « la cabane de la goutte » est toujours en activité. Il chauffe quelques fois une très bizarre mixture qui a fermenté plusieurs mois. Allez voir à la salle polyvalente le film d'Eric Lapied « le couloir du foin et les piocheurs de gentiane ».

On ne peut parler de gastronomie savoyarde sans parler des pâtes comme **les Crozets**. Une spécialité savoyarde qui remonte à l'époque gallo-romaine, une spécialité céréalière à base de farine de sarrasin

qui accompagne les viandes en sauce, gibiers et saucisses fumées et qui constitue aussi la base de savoureux gratins.

Le Genépi de Pralognan la Vanoise, il constitue l'une des gloires de cette si riche gastronomie. Il s'agit d'un digestif produit artisanalement. Pour l'obtenir, on laisse macérer plusieurs jours dans un alcool pur des brins de Genépi, qui pour se reproduire à une telle altitude ont développé un parfum extraordinaire. Puis, on ajoute du sucre et de l'eau de source. Le reste n'est qu'une histoire de savoir faire ancestral. La liquoristerie de Pralognan, « les Clarines », vous invite à le déguster avec modération.

6/ Les autres territoires historiques de la Savoie

N'oublions pas que la Savoie fut un état couvrant les deux côtés de la ligne de crête des Alpes. Ainsi, les économies des deux côtés de la frontière actuelle ont évolué en fonction de deux critères principaux :

- l'exposition montagnarde, avec les contraintes climatiques très voisines en fonction de l'altitude
- L'exposition inverse par rapport au soleil qui impose des différences non négligeables

Ainsi trouverons-nous du côté cisalpin des productions semblables à celles du versant transalpin, mais avec cependant des différences qualitatives très marquées.

7/ Conclusion.

La Savoie, pays rude et pauvre est devenue un pays riche grâce à l'opiniâtreté de ses habitants. C'est une véritable référence gastronomique en perpétuelle évolution. La diversité des produits, conséquence de sa division en vallées aux climats et terroirs si divers est une véritable richesse qui ne peut que se maintenir sinon se développer en fonction du souci de qualité qui est commun à tous les producteurs.

L'industrie du Tourisme et son corollaire hôtelier ne peuvent que se développer grâce à la symbiose avec le souci d'originalité et de qualité des produits locaux.

Ceux qui seraient curieux d'en savoir plus sur la gastronomie savoyarde pourront consulter l'ouvrage suivant :

Recueil de la gastronomie savoyarde de Monique LANSARD paru aux éditions S.A.E.P.

Recueil de la gastronomie savoyarde de Monique LANSARD paru aux éditions S.A.E.P.