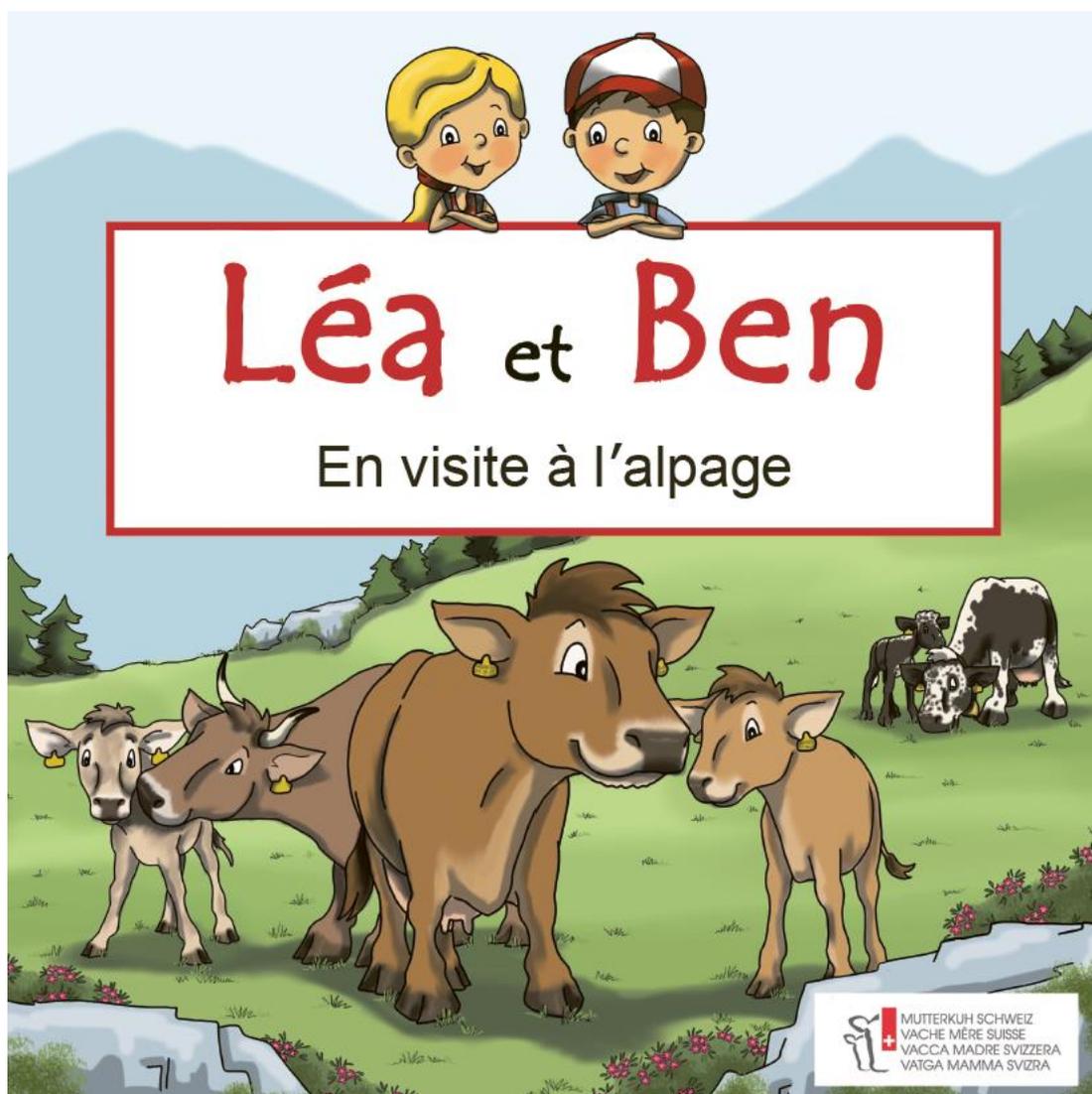




beef.ch - News de fin d'été 2022



(Illustration : Angela Oberhänsli-Manser, www.angelas-art.ch)

Léa et Ben rendent visite à Ficelle – venez nous voir à FOOD ZURICH !

Le festival FOOD ZURICH ouvrira bientôt ses portes et le stand de Vache mère Suisse propose une nouvelle histoire de Léa et Ben pour les enfants. La rubrique « Vachement drôle » vous donne un premier aperçu mais venez donc faire un tour à FOOD ZURICH pour recevoir le livre ! Et plein d'autres activités vous y attendent, vous trouverez un aperçu du programme complet dans la rubrique « Autour de la beef.ch ».

Durì Campell sera également de la partie à la FOOD ZURICH. Dans la rubrique « Entretien au coin de l'étable », il nous dévoile pourquoi il aime préparer des special cuts sur son grill Big Green Egg. Vous ne savez pas ce que sont les special cuts ? Vous trouverez la réponse dans la rubrique « Bon à savoir », complétée par une recette de steak de bavette au grill. Et si vous voulez savoir pourquoi manger de la viande est bon et sain, alors lisez l'article de la rubrique « À ruminer ».

Bonne lecture !

A propos de beef.ch

beef.ch FOOD ZURICH du 8 au 18 septembre 2022

Ces dernières années, les thèmes de l'alimentation, du bien-être animal et de la production alimentaire sont devenus des sujets importants pour le grand public et des choix importants dans la vie quotidienne. On se nourrit consciemment, on mise sur des produits durables de la région et on aimerait savoir d'où provient la viande que l'on trouve dans son assiette. FOOD ZURICH aborde justement ces points forts et propose au public une combinaison passionnante de foire, de marché, de sources d'information et d'offres de dégustation.

Pendant 10 jours, la ville de Zurich se transforme en un site de foire unique et interactif : il est possible de préparer des cocktails, de déguster des créations spéciales et d'acquérir de nouvelles compétences (prévenir le gaspillage alimentaire, fabriquer du fromage et bien plus encore). Le centre du festival à l'Europaallee, où se dérouleront différents ateliers et le Slow Food Market, sera assurément un pôle d'attraction pour le public, d'autant plus important que Vache mère Suisse y tiendra pour la première fois un stand.



Cette fois, beef.ch trouvera au cœur de la ville, dans l'effervescence de FOOD ZURICH et nous nous réjouissons de vous y rencontrer. (Photo : FOOD ZURICH)

Au cœur de l'action

Grâce à son emplacement très central, directement à la gare centrale de Zurich (sortie Sihlpost), nous espérons faire de nombreuses rencontres passionnantes, pouvoir échanger et avoir la possibilité de présenter nos messages à toutes et tous.

Pour cette beef.ch un peu particulière, nous avons renoncé à la détention d'animaux sur place. A Zurich, nous mettrons clairement l'accent sur notre produit phare : la viande issue de l'élevage allaitant. Qu'est-ce qui caractérise ce type de viande ? Qu'est-ce qui rend l'élevage allaitant unique ? Comment préparer un morceau de viande de bœuf particulier ? Où puis-je l'acheter ?

Bien sûr, il ne s'agira pas uniquement de parler de nos produits, mais aussi de pouvoir les goûter !



Lors de FOOD ZURICH, il sera possible de déguster des special cuts de Natura-Beef et de découvrir les multiples possibilités d'utilisation du Big Green Egg. (Photo : Big Green Egg HEAD)

Plaisir culinaire

Nos deux partenaires de stand - Big Green Egg HEAD (gril) et dolce far niente event-catering - proposent à nos hôtes de faire une (re)découverte culinaire. Deux menus à emporter sont proposés avec des morceaux de Natura-Beef « Second Cut ». Nous nous réjouissons de faire plaisir à nos hôtes et sommes impatients de faire de nombreuses rencontres passionnantes. À bientôt à Zurich !



- Du jeudi 08 septembre au samedi 17 septembre 2022
- Heures d'ouverture du centre du festival et du stand Vache mère Suisse : dès 11 h
- Emplacement : Gare centrale de Zurich, sortie « Sihlpost » / Europaallee

Plus d'informations et le programme du festival sur www.beef.ch/fr/events/2022/food-zurich et www.foodzurich.com/fr/events#22593_2022-09-08

Entretien au coin de l'étable avec Durì Campell, pro de Big Green Egg et amateur de Natura-Beef

« Si on veut manger de la viande, sa production doit être respectueuse de l'animal et de l'environnement. »

Durì Campell, depuis quelques années Big Green Egg HEAD (<https://www.biggreenegghead.ch>) est partenaire de beef.ch. Comment ce partenariat est-il né ?

Felix Hauri, un de vos collaborateurs, est fan de Big Green Egg. Il a constaté que nous poursuivions les mêmes buts et nous a proposé ce partenariat. Depuis, nous avons déjà réalisé plusieurs projets ensemble.

Quels sont donc les buts que vous avez en commun avec beef.ch ?

Nous sommes issus du mouvement Slow Food. La durabilité, la conscience écologique et le plaisir gustatif sont au cœur de nos préoccupations. Si on veut manger de la viande – ce que j'aime faire – sa production doit être respectueuse de l'animal et de l'environnement. Le Natura-Beef issu de l'élevage allaitant suisse satisfait ces exigences, car les animaux sont d'ici et sont nourris au pâturage ou avec le foin de leur exploitation. C'est une production durable et respectueuse de l'espèce.



Durì Campell prépare de délicieuses spécialités à déguster avec le Big Green Egg. Ici, à la beef.ch de Wülflingen Winterthour. (Photo : Vache mère Suisse)

Sur votre Big Green Egg, vous cuisinez donc uniquement du Natura-Beef ?

Bien sûr que non. Il n'y a pas que la viande de bœuf ! En outre, le Big Green Egg est polyvalent, on peut y préparer la viande de toutes les façons possibles (grillée, fumée ou cuite à basse température), mais aussi de délicieux légumes ou des pommes de terre. On peut également y cuisiner une paella ou y cuire une pizza. En fait, c'est une véritable cuisine d'extérieur.

À quoi faites-vous attention lorsque vous achetez de la viande pour vos cours et événements ?

Lors de nos cours, la viande doit impérativement provenir de Suisse et être issue d'une production la plus durable possible. Pour le bœuf, c'est par exemple du Natura-Beef, pour la volaille des poulardes nourries au « Rheintaler Ribelmals » et pour le poisson, nous prenons du saumon de Lostallo. Toutefois, la provenance n'est pas le seul point important. Nous voulons aussi montrer que l'on peut utiliser tout l'animal, ce qui permet de varier les pièces à griller et d'avoir en plus bonne conscience, car nous ne préparons pas que du filet ou du steak.

Quelles pièces faites-vous par exemple griller ?

De nombreux morceaux de viande restent aujourd'hui méconnus, ou, du fait de leur goût, sont conservés par les bouchers et ne sont pas proposés sur les étals. Le plus souvent, ces « special cuts » doivent encore être commandés à l'avance et ne se trouvent pas partout.

As-tu un morceau préféré ?

J'aime beaucoup la picanha, le morceau préféré des Brésiliens. C'est ce que nous appelons l'aiguillette de bœuf, qui est donc du bouilli. Mais quand la picanha est découpée et préparée correctement, c'est une viande étonnamment savoureuse. (Recette sur www.beef.ch)

Le steak de bavette est aussi très bon. Il y a peu encore, cette viande était encore principalement transformée en nourriture pour chiens ! Toutefois, bien préparée, elle rivalise avec les morceaux nobles.

Est-il nécessaire d'utiliser un Big Green Egg pour préparer ces morceaux de viande ou un gril ordinaire suffit-il ?

Les « special cuts » peuvent aussi se préparer avec des grils ordinaires. Mais le Big Green Egg offre de très nombreuses possibilités de préparation, car on peut régler la température au degré près, griller indirectement ou encore braiser la viande.



Le Big Green Egg peut être utilisé non seulement en tant que gril pour les Special Cuts, mais aussi, par exemple, pour faire du pain. (Photo : Big Green Egg Head)

Qu'est-ce qui fait la particularité du Big Green Egg ?

La particularité du Big Green Egg est qu'il est fabriqué avec une céramique high-tech spéciale, qui a un très haut pouvoir isolant. Cette céramique était utilisée autrefois comme protection thermique dans les navettes spatiales. Sa structure à double paroi permet en outre un processus de combustion optimal. Ce sont ces caractéristiques qui confèrent au Big Green Egg tous ses avantages. Il atteint 200 °C en 10 minutes seulement et consomme très peu de charbon, ce qui est assez écologique et efficient sur le plan énergétique. La céramique n'étant pas revêtue à l'intérieur, elle emmagasine l'humidité de l'air, et par conséquent la viande n'est pas sèche tout en étant croustillante. Le Big Green Egg ne produit presque pas de fumée, de telle sorte qu'il a sa place dans la cuisine de nombreux grands restaurants. Je pourrais citer encore beaucoup d'avantages, mais le mieux est de s'en convaincre par soi-même. Et d'ailleurs, comme le Big Green Egg est extrêmement durable, on reçoit une garantie à vie. Il ne faudrait donc pas trop attendre pour l'acheter, afin de profiter d'une garantie la plus longue possible.

Chacun pourra donc venir se convaincre des qualités du Big Green Egg lors du festival FOOD ZURICH ?

Bien sûr ! Nous tiendrons un stand avec beef.ch et serons présents sur place plusieurs jours. La cuisinière Mirjam Eberle (<https://www.mirjameberle.ch/>) proposera du slow food et il sera également possible d'essayer le Big Green Egg au Slow Food Market du 10 septembre. Avec du Natura-Beef, naturellement !



(Photo : Big Green Egg HEAD)

A la suite de ses études d'économie, Durì Campell a travaillé comme conseiller en entreprise. Cuisinier amateur passionné, il s'est engagé pendant son temps libre pour le mouvement Slow Food et le plaisir gustatif. Il a découvert le Big Green Egg il y a de nombreuses années et est rapidement devenu un spécialiste avéré de l'EGG. Quelques années plus tard, il a décidé de professionnaliser davantage ce hobby, a fondé l'entreprise Big Green Egg HEAD et a commencé à vendre le Big Green Egg. Aujourd'hui, il est le plus grand revendeur Platine de Suisse. Outre le Big Green Egg, il propose également des braseros OFYR et de nombreux accessoires et donne, avec son équipe, des cours sur les grillades sur Big Green Eggs et braseros OFYR. En plus d'une grande boutique en ligne, il a des points de vente à Zurich, Winterthour, Berne et Locarno et on peut le rencontrer lors de nombreux événements.

Facebook:

<https://www.facebook.com/biggreenegghead/>

Instagram:

<https://www.instagram.com/biggreenegghead/>

Bon à savoir

Les special cuts de bœuf : des morceaux très appréciés

Notre alimentation est en pleine mutation, et avec elle notre consommation de viande. Jusqu'à il y a peu, on considérait, dans notre culture culinaire, le filet comme le morceau le plus noble. Aujourd'hui, des morceaux de viande méconnus, des saucisses maison ou des modes de préparation plus exigeants éveillent la curiosité des consommateurs. La niche des gastronomes amateurs d'expériences s'étend. L'heure des special cuts, l'alternative savoureuse aux entrecôtes & Co., est arrivée.

Il existe diverses manières de découper une carcasse et les techniques des bouchers diffèrent selon les pays. Outre les découpes standard traditionnelles (prime cuts), on effectue de plus en plus de découpes jusqu'ici méconnues, les special cuts, qui permettent d'obtenir de fabuleuses alternatives aux morceaux dits nobles, peu abondants. Provenant surtout du flanc, de la poitrine et de l'épaule du bœuf, ces pièces rares fournissent des steaks qui conviennent particulièrement bien comme morceaux à saisir. Les special cuts sont l'expression d'une gastronomie diversifiée et d'une valorisation optimale des produits animaux. Les morceaux nobles ne représentant en effet qu'un faible pourcentage du bœuf, l'utilisation des special cuts est pertinente, tant d'un point de vue écologique que du respect de l'animal.

Les special cuts : le meilleur de la viande

Dans la filière carnée et la restauration, on observe déjà une sorte de renaissance de ces découpes, tombées dans l'oubli et prétendues nouvelles : En effet ce que l'on désigne aujourd'hui comme special cuts était autrefois tout à fait commun. L'« ongle », par exemple, est resté un morceau relativement connu et apprécié en Suisse romande, alors qu'il a été longtemps délaissé outre-Sarine. Depuis trois ans, toutefois, la demande pour les différents « nouveaux anciens » morceaux ne cesse de croître.

Les special cuts proviennent de muscles qui sont davantage sollicités que, par exemple, le filet. Cela se traduit par des faisceaux de fibres musculaires plus épais, qui donnent à la viande une structure aux fibres plus grossières ainsi que davantage de texture. De plus, les muscles contiennent parfois plus de tissu conjonctif (collagène). Les special cuts sont donc un peu moins tendres que les morceaux nobles.



Avec le savoir-faire adéquat, les special cuts se transforment en délicieuses grillades.

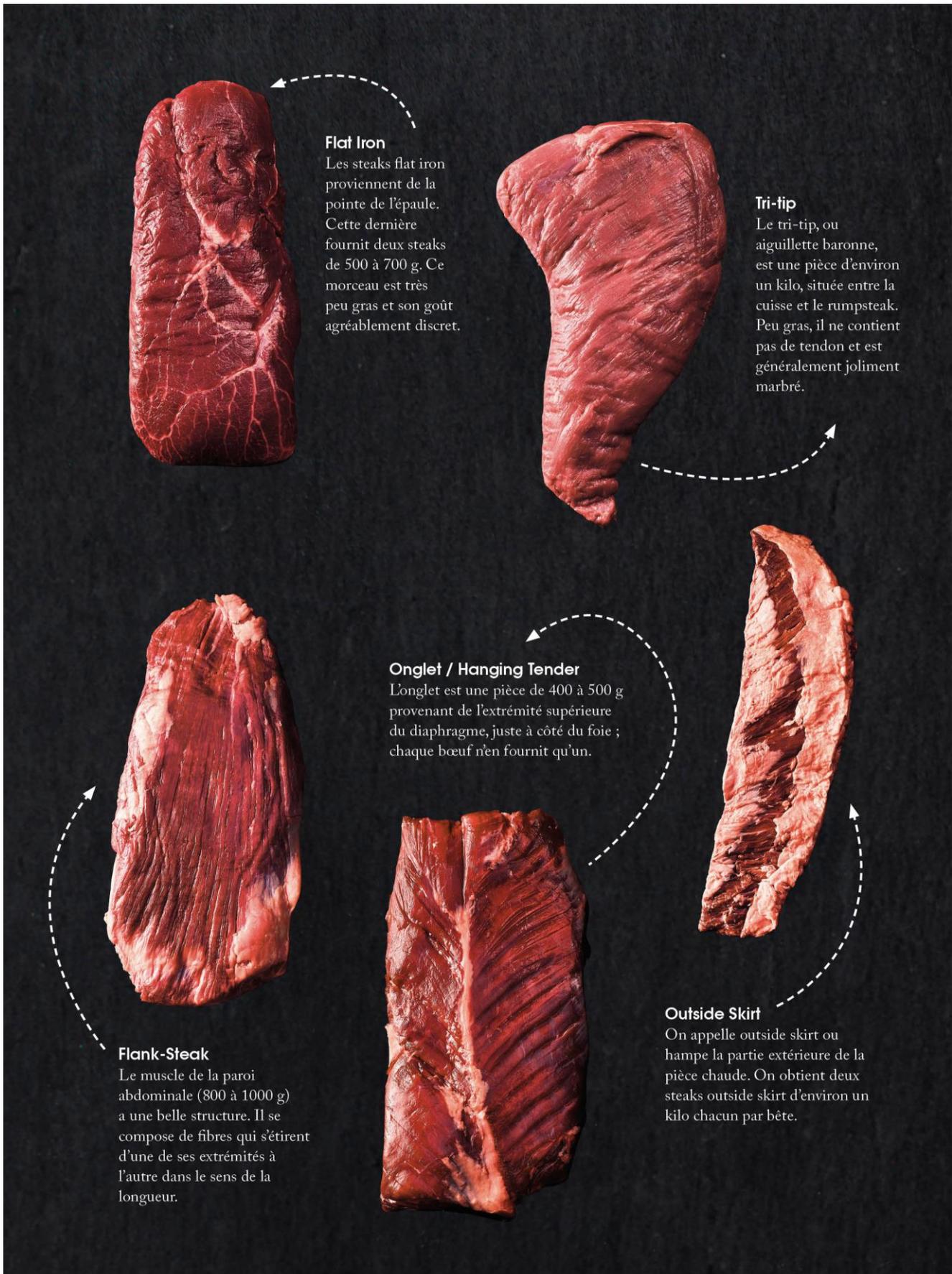
Comment faire des Special Cuts de délicieux mets

Les meilleurs special cuts proviennent de génisses, de bœufs et de taureaux avec une charnure moyenne à bonne et une couverture de graisse régulière et marquée. Les animaux plus âgés livrant en principe une viande plus aromatique, certaines vaches peuvent aussi être utilisées, car une certaine fermeté n'est pas dérangeante dans la viande bovine.

Autrefois, les special cuts étaient souvent braisés. Cependant, avec le savoir-faire adéquat, il est aussi possible d'en faire d'excellentes pièces à griller. Modernes ou classiques, peu importe, de nombreuses techniques fournissent un excellent résultat lors de leur préparation.

La préparation dépend naturellement du morceau de viande. L'onglet, par exemple, est un morceau délicat car il est un peu plus épais qu'un steak « normal » ; il se prête ainsi particulièrement bien aux grillades, tout comme l'outside skirt. Comme l'entrecôte, le flat iron est facile à préparer et sa saveur y est semblable. Quel que soit le morceau, il est important de le sortir du réfrigérateur environ une heure avant de l'apprêter.

Enfin, ce n'est pas seulement le bon mode de préparation qui conduit au succès ; une bonne qualité de viande commence déjà avec une détention optimale.



Sources : Cet article et les photos ont été mis à disposition par Proviande/« Viande Suisse ». Il est paru pour la première fois dans "la Vache Mère" 3/18.

À ruminer

La viande de bœuf est meilleure que sa réputation et le Natura-Beef encore davantage

On connaît la formule « vous êtes ce que vous mangez » l'alimentation est tenue pour responsable de nombreux problèmes de santé. Les aliments d'origine animale ont par exemple la réputation d'accroître le risque de maladies cardio-vasculaires.

Et cette formule est aussi vraie pour les animaux. Depuis longtemps, le monde scientifique s'intéresse à l'influence de l'affouragement sur la concentration des micronutriments (acides gras, vitamines) dans la viande. Des études montrent qu'une alimentation essentiellement composée d'herbe, de foin et d'ensilage d'herbe a des effets positifs et, par conséquent, que le profil nutritionnel de la viande à base d'herbages est plus sain.



La production de viande basée sur les herbages permet non seulement d'exploiter les pâturages, mais a aussi des effets positifs sur les nutriments présents dans la viande. (Photo : Vache mère Suisse)

Les acides gras, le taux de cholestérol et le rôle de la viande produite à base d'herbages

En général, on fait la distinction entre acides gras saturés, monoinsaturés et polyinsaturés, certains acides gras saturés peuvent en effet faire augmenter le taux de cholestérol chez l'humain.

Parmi les trois acides gras insaturés que l'on retrouve principalement dans la viande de bœuf, l'acide stéarique n'a, selon des preuves scientifiques, aucune influence sur le taux de cholestérol et est le plus courant dans la viande produite à base d'herbages. Quant au taux de cholestérol de la viande elle-même, il est généralement plus faible chez les animaux nourris au pâturage, car leur teneur en graisse intramusculaire est plus basse.

Les oméga 3 et 6 appartiennent aux acides gras polyinsaturés. Le corps humain ne pouvant les fabriquer, ils doivent être absorbés par le biais des aliments.

Si, dans notre corps, le rapport entre les acides gras n'est pas optimal, cela peut conduire à des réactions inflammatoires. Dans le cas contraire, ces acides gras peuvent prévenir ou calmer ces inflammations. La teneur en

oméga 3 joue un rôle décisif, tant contre les maladies auto-immunes telles que l'arthrite que dans le développement des tissus nerveux et dans la prévention des maladies cardio-vasculaires.

La viande produite à base d'herbages affiche une teneur en oméga 3 nettement plus élevée que celle basée sur les concentrés et présente donc un profil d'acides gras nettement plus bénéfique.



Les études montrent clairement que la teneur de la viande en acides gras oméga 3 augmente selon le temps passé aux pâturages et selon la flore de ces derniers. (Photo : Martin Freund)

L'affouragement à base d'herbages a des effets positifs sur la teneur en vitamines

L'influence positive de l'alimentation à base d'herbages sur la qualité de la viande ne se limite pas aux acides gras. La concentration de nombreux autres nutriments dépend du fourrage. Pour preuve, les taux de caroténoïde, précurseur de la vitamine A, et de vitamine E, sont bien plus élevés dans la production de viande basée sur les herbages.

L'être humain doit ingérer ces deux vitamines dans le cadre de son alimentation ; elles sont essentielles pour le métabolisme. La vitamine A est importante pour la bonne croissance des os, pour la vue ainsi que pour renforcer le système immunitaire. Quant à la vitamine E, elle constitue un antioxydant puissant et protège les cellules du corps humain.

Si vous voyez que la graisse du Natura-Beef présente une teinte jaune, c'est bon signe ! Le Natura-Beef est une viande produite à base d'herbages, dont la teneur élevée en caroténoïde est visible dans la graisse.

Faites-vous plaisir en achetant du Natura-Beef, une viande à base d'herbages !

L'article original de Luana Speiser est paru dans l'édition 4/20 de "la Vache Mère".

Une envie de bœuf ?

Steak de bavette Natura-Beef sur le grill

Les morceaux nobles ne sont pas les seuls morceaux intéressants. Tout devrait être utilisé sur un Natura-Beef : du museau à la queue. Quand les pièces sont découpées et préparées correctement, elles sont aussi savoureuses qu'un steak ou un filet. Faites l'essai !



Ingrédients pour 4 personnes

- Steak de bavette de Natura-Beef, env. 800 g
- Sel marin grossier
- Huile d'olive

(Photo : Jasmin Sprecher)

Préparation

Sortir la viande du réfrigérateur quelques heures avant la préparation. Frotter avec du sel marin grossier et un peu d'huile d'olive. Ne pas utiliser de marinade, qui a tendance à brûler sur le grill et à laisser un arrière-goût amer.

Selon les envies, tremper une poignée de copeaux de bois dans de l'eau pendant 20 minutes pour le fumage.

Préchauffer le grill à 180-200 °C.

Placer les copeaux de bois mouillés directement sur la braise. Utiliser de préférence une grille en fonte. La fonte répartit la chaleur au mieux et permet une très bonne cuisson de la viande.

Cuire la viande, si possible en un seul morceau, pendant environ 3 minutes de chaque côté. La retirer du feu, l'emballer dans du papier sulfurisé et la laisser reposer pendant 10 minutes.

Découper la viande en tranches en travers du grain. Si la viande est trop saignante, placer brièvement les tranches sur le grill.

Servir par exemple avec des légumes cuits au grill.

Source de la recette : Big Green Egg HEAD.

Vachement drôle

Une nouvelle histoire de Léa et Ben !

Vous souvenez-vous du veau Ficelle ? Léa et Ben avaient pu accompagner Simon le paysan et observer comment elle était venue au monde sur le pré.

Ficelle est maintenant à l'alpage avec sa maman Fleurette et les autres animaux du troupeau. Léa et Ben partent en excursion pour aller leur rendre visite.



La nouvelle histoire de Léa, Ben et Ficelle est dès maintenant disponible sur le sentier découverte et aux manifestations beef.ch. Vous trouverez peut-être le petit livre dans le magasin de ferme où vous achetez votre viande.

Le livret peut bien-entendu aussi être commandé dans la boutique en ligne de Vache mère Suisse.