

Côtelettes de porc

Tout simplement festif

Vous aimeriez sortir de votre poche un menu de Noël festif et passer une soirée sans stress et empreinte de spiritualité avec votre famille? Choisissez donc un menu simple qui peut être préparé à l'avance.

Côtelettes de porc avec croûte au fromage d'alpage

Recettes pour 4 personnes

4 côtelettes de porc, d'environ 200g chacune et d'une épaisseur de 2-2,5cm
sel, poivre

2 c.s. de beurre à rôtir ou de crème à rôtir

1-2 c.s. de moutarde

1-2 gousses d'ail pressées

1 c.s. de vin blanc ou de cidre non alcoolisé

Croûte

150g de fromage d'alpage râpé

1 œuf

40g de pain blanc sans croûte, coupé en morceaux

1 c.s. de marjolaine hachée
poivre

Côtelettes: assaisonner la viande et la faire revenir dans le beurre à rôtir chaud pendant une minute de chaque côté. Mélanger la moutarde, l'ail et le vin et mariner les côtelettes.

Croûte: mélanger tous les ingrédients et répartir sur les côtelettes. Mettre celles-ci sur une plaque à gâteau. Cuire pendant 15-20 minutes dans la partie supérieure du four préchauffé à 220°C.

Les conseils de Gabi Schürch pour votre menu de Noël:

- Salade de rampon avec œuf
- Pommes de terre au four ou risotto
- Carottes et petits pois
- Salade de fruits ou mousse mocca avec biscuits de Noël

Vous trouverez la recette pour la mousse mocca sur www.revueufa.ch. ■

Gabi Schürch-Wyss



Gabi Schürch-Wyss aime cuisiner pour sa famille. Elle adore les plats simples. Elle prépare cependant régulièrement des menus qui nécessitent un long temps de cuisson. Gabi Schürch aime aussi essayer de nouvelles recettes. Pendant la période de Noël, elle s'efforce de disposer d'un maximum de temps pour sa famille et pour pouvoir profiter de manière détendue de ces jours spéciaux. Avec Beat, son mari, et leurs quatre enfants Gabi Schürch-Wyss gère une exploitation laitière de 30ha à Bütikofen près de Kirchberg BE. La famille a également quelques cultures. Depuis le premier janvier 2018 l'exploitation a opté pour la production biologique. La famille gère une petite installation de biogaz et propose des anniversaires à la ferme pour les enfants. Un apprenti travaille à la ferme et les grands-parents donnent un coup de main en cas de nécessité, ce dont le couple est très reconnaissant! Gabi Schürch a suivi le cours «compétence et engagement», proposé par l'USPF et Agridea. Elle y a appris de nombreuses choses. A cette occasion, on lui a demandé si elle aimerait occuper un poste vacant au sein du comité directeur de l'USPF. Au mois d'avril elle y a été élue lors de l'assemblée des déléguées. Le travail pour l'USPF est très intéressant et instructif. Le fait de pouvoir collaborer avec des femmes issues de toute la Suisse la passionne!

Union suisse des paysannes et des femmes rurales
Un réseau de femmes d'avenir
www.paysannes.ch. L'association professionnelle pour les paysannes défend les intérêts des femmes et des familles rurales et s'engage en faveur de sujets concernant l'alimentation et l'économie domestique.

Vous aimeriez vous aussi présenter vos recettes préférées dans la Revue UFA? Alors prenez contact avec Anne-Marie Trümpi, au 058 433 6522, anne-marie.truempi@ufarevue.ch.

