



La diversité au cœur des Alpes

Sommaire

	Page
La marque des montagnes	2
Le sol, un bien précieux	4
Nobles nectars du Vieux-Pays	6
Du champ à l'assiette	8
Des pâturages à la raclette	10
Le pays où les vaches sont reines	12
Authentique et unique	14
A la rencontre des paysannes et paysans valaisans	16
Recette	19

Vous trouverez d'autres informations concernant l'agriculture en terre valaisanne et le Valais en général sur les sites suivants :

www.agrivalais.ch
www.olk.ch
www.valais.ch
www.valais-community.ch
www.valais-terroir.ch
www.vs.ch

Contact

Chambre valaisanne d'agriculture

Maison du paysan, CP 96
Avenue de la Gare 2, 1964 Conthey
info@agrivalais.ch
Tél 027 345 40 10

Chambre valaisanne d'agriculture du Haut-Valais (OLK)

Talstrasse 3, 3930 Visp
info@olk.ch
Tél. 027 945 15 71

Impressum

Agence d'information agricole romande (AGIR)
Case postale 1080, CH-1001 Lausanne
Tél. 021 613 11 31
Fax. 031 613 11 30
info@agirinfo.com, www.agirinfo.com

Landwirtschaftlicher Informationsdienst LID
Textes : Franziska Imhof, LID
Traduction/adaptation : AGIR, Lausanne
Graphisme : atelierQuer, Rena Witschi, Steffisburg

Photos et statistiques : Chambre valaisanne d'agriculture,
Canton du Valais, Office fédéral de la statistique

Cette brochure peut être commandée gratuitement
auprès de :

Chambre valaisanne d'agriculture,
Chambre valaisanne d'agriculture du Haut-Valais (OLK)
Agence d'information agricole romande (AGIR)

L'agriculture sur internet :
www.agriculture.ch

Mars 2016



Vallée du Rhône :
Volume d'environ 5'000 km³ (le plus grand système de vallées des Alpes)

Glacier d'Aletsch :
23 km de glace d'un seul tenant
Le plus long glacier des Alpes.
Patrimoine naturel mondial de l'UNESCO
« Jungfrau-Aletsch-Bietschhorn ».



La marque des montagnes

Pays des extrêmes

Les Alpes déterminent le climat. Le Valais est caractérisé par ses hivers froids, ses étés chauds, ses fortes variations de températures et son air pur. Les sommets de plus de 4000 mètres des Alpes, bernoises au nord et valaisannes au sud, absorbent une grande partie des précipitations et empêchent les nuages de pluie de poursuivre leur route. Ces pluies étant retenues, la vallée du Rhône est une des vallées les plus sèches et ensoleillées d'Europe. C'est ainsi qu'en Valais, il y a environ 300 jours de soleil par an et que la localité de Stalden, à l'entrée de la vallée de Zermatt, est l'endroit le plus sec de Suisse avec seulement 520 mm de précipitations par an.

Une diversité unique

Les variations des paysages, de la vallée jusqu'aux sommets, et les conditions climatiques se reflètent aussi dans la diversité de la flore et de la faune, tout comme dans la production agricole du Valais. Dans les régions de montagnes escarpées, l'élevage domine. Plus bas, sur les pentes et dans la plaine de la vallée du Rhône, s'étendent d'impressionnantes vignobles, de magnifiques parcelles de vergers et de cultures maraîchères et de beaux champs de céréales.

Les conditions naturelles et le savoir-faire des paysannes et des paysans ont permis de créer des produits qu'on ne trouve nulle part ailleurs en Suisse, ni même dans le monde entier, et qui sont aujourd'hui encore élaborés avec soin.

De l'eau pour vivre

Depuis toujours, le manque de précipitations est une préoccupation des habitants de la vallée du Rhône. C'est pour cette raison, qu'au Moyen Age déjà, les Valaisans construisaient des canaux le long des parois rocheuses, très pentues et parfois en surplomb, pour conduire l'eau précieuse des glaciers jusque dans la vallée. Ce n'est que grâce à ces canaux, nommés « Suonen » en allemand ou « bisses » en français, que l'agriculture a été rendue possible.

Il y a trente millions d'années la plaque continentale africaine est entrée en collision avec la plaque eurasiennne. Comme deux vaches d'Hérens, elles se sont affrontées jusqu'à ce que la plaque eurasiennne s'incline et se glisse sous la plaque africaine. Sous l'énorme pression, une chaîne de montagnes s'est élevée, dont les sommets massifs témoignent encore du combat des deux géantes : les Alpes. Au cœur de ces montagnes merveilleuses se trouve le Valais.



A travers les bisses, en bois ou en pierre, la précieuse eau des glaciers est dirigée jusqu'en plaine.



Comme ici à Obergesteln, les petites parcelles cultivées appartiennent à l'image unique du paysage valaisan.



Les paysans valaisans encouragent la biodiversité et la qualité du paysage.

Le sol, un bien précieux

L'agriculture, les constructions, le tourisme et les espaces naturels... tous les aspects de la vie ont besoin du sol. Ce dernier est limité et, dans le monde escarpé des montagnes valaisannes plus de la moitié de la surface n'est pas utilisable. La demande est particulièrement forte pour les endroits accessibles et fertiles de plaine. Mais, là encore, le risque d'inondation du Rhône rend plus difficile l'utilisation de ce bien tant sollicité. Pour améliorer la protection contre la montée des eaux, le Rhône sera approfondi et élargi au cours d'une troisième correction.

Travailler ailleurs

La majorité des paysans étaient dénommés : « paysans-ouvriers » car, comme ils n'arrivaient pas à gagner suffisamment dans l'agriculture, ils trouvaient un emploi complémentaire. Actuellement, ils travaillent encore dans le tourisme et l'industrie ou d'autres branches. De gros efforts sont nécessaires pour que la production agricole et le maintien de ce paysage cultivé unique puissent être garantis et, souvent, ce sont les paysannes qui assurent une grande partie du travail à effectuer. Mais, parfois, le temps manque pour soigner les cultures et les champs menacent alors de se dégrader ou les exploitations sont abandonnées.

Les paysans maintiennent le paysage vivant

En comparaison avec d'autres régions de Suisse, l'agriculture du Valais est plutôt structurée à petite échelle. Un grand nombre d'exploitations agricoles se composent de diverses parcelles de taille modeste qui se trouvent en plaine et jusque très haut dans les Alpes. L'exploitation des pentes raides demande beaucoup d'efforts mais, grâce à ce travail, les paysans maintiennent l'unicité et la typicité du paysage valaisan. Un paysage vivant qu'il vaut la peine de découvrir et de savourer.

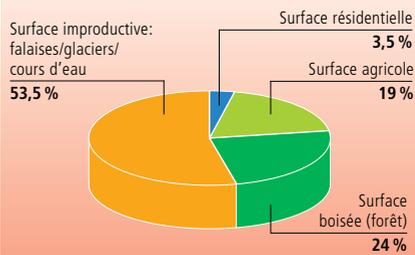
L'écologie comme stratégie

La Confédération soutient les prestations écologiques des paysans. Les valaisans développent de plus en plus la qualité du paysage et la biodiversité. Et le succès est au rendez-vous avec un nombre toujours plus important de domaines exploités en bio et de projets de réseaux. Pour des exploitations agricoles orientées vers l'écologie, cela vaut la peine de se diriger vers le maintien et la culture d'anciennes variétés de plantes, de même que vers l'élevage de races d'animaux menacées.

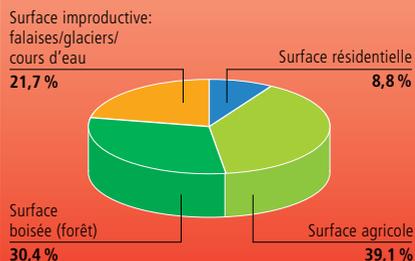
Nombre d'exploitations agricoles en Valais et en Suisse, par taille

2014	CH	% CH	Valais	% Valais
0-1 ha	2261	4.2	569	17.3
1-3 ha	3354	6.2	423	12.9
3-5 ha	2793	5.2	385	11.7
5-10 ha	7688	14.2	737	22.4
10-20 ha	16731	31.0	587	17.8
20-50 ha	11121	20.6	266	8.1
20-50 ha	7651	14.1	223	6.8
>50 ha	2447	4.5	99	3.0
Total	54046	100	3289	100

Utilisation du sol dans le canton du Valais (total : environ 5224,4 km²)



Utilisation du sol en Suisse (total : environ 41 285 km²)





Nobles nectars du Vieux-Pays



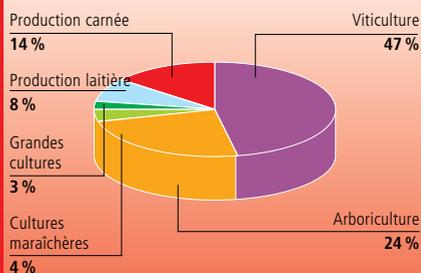
La viticulture, un secteur important en Valais.

La diversité des paysages imprègne la diversité de l'agriculture et vice-versa ! La surface agricole de la partie supérieure de la vallée du Rhône est principalement couverte d'alpages, de pâturages boisés et de grandes cultures. Plus bas dans la vallée, sur les pentes et dans la plaine, on trouve des vignobles, des vergers et des cultures maraîchères.



98 % de tous les abricots suisses proviennent du Valais. Ils sont à la fois un délice pour le palais et un plaisir pour les yeux.

Rendement brut du Valais 2013



Du raisin au verre

Dans le Valais, la viticulture et le vin ont une longue tradition. Dans les pentes très raides, les Celtes déjà entouraient chaque mètre carré avec des murs de pierre sèche et cultivaient différents cépages.

La viticulture s'est développée jusqu'à devenir la culture la plus importante et la plus rentable du secteur agricole.

Cet ancien savoir-faire a perduré au fil des générations jusqu'à l'époque actuelle et, de nos jours, 4 vins suisses sur 10 ont mûri sur le sol valaisan. Au total, 4 900 hectares de vignes valaisannes permettent de produire 42 millions de kg de raisin ou 33 millions de litres de vin par an. Le vignoble s'étend entre la haute région de Visperterminen (à 1 150 m d'altitude) jusqu'au lac Léman (372 m).

Pinot Noir, Gamay et Chasselas sont les cépages principaux du Valais. D'autres anciens cépages indigènes comme l'Amigne, le Cornalin, l'Humagne, la Petite Arvine et la Rèze sont à nouveau plantés fréquemment et rendent à la culture du vin valaisan une partie de son identité d'origine grâce à des vigneronniers ingénieurs et défenseurs des traditions.



Pendant la floraison, lorsque les températures descendent en dessous de zéro, les plantations d'abricotiers sont arrosées d'eau. Ainsi, un léger manteau de glace protège les fleurs du gel.

N° 1 en arboriculture

Le Valais compte sur son territoire 35% de la surface arboricole suisse ce qui le met en première position des cantons producteurs de fruits. Là où le climat est sec et ensoleillé, il est même possible de faire mûrir des amandes, des figues et des grenades. Sur les sols alluviaux et fertiles de la plaine du Rhône, s'épanouissent d'innombrables abricotiers, poiriers et pommiers. Les abricotiers valaisans portent 98% des abricots suisses. Une partie des abricots de la fameuse variété « Luizet » sont fermentés et distillés pour la production d'Abricotine. Cet alcool existe depuis fort longtemps en Valais et est protégé par une AOP depuis 2003.

Les pommes et les poires poussent en grande quantité en Valais. La poire Williams est souvent cultivée et elle est également à la base d'un alcool, l'Eau-de-vie de poire du Valais, protégé par une AOP.



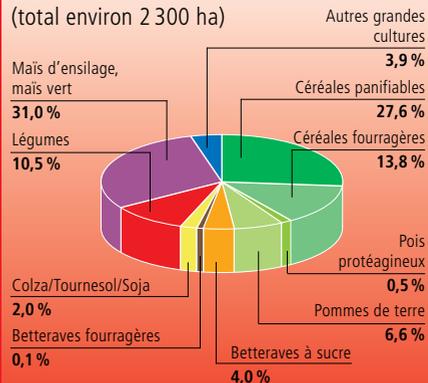
L'asperge blanche pousse dans des monticules recouverts de plastique. La récolte exige beaucoup de doigté.

Les champs de céréales, les arbres haute tige, les jardins d'herbes aromatiques et les cultures de baies contribuent aussi à la diversité agricole du Valais. Les légumes sont aussi cultivés avec succès dans ce canton inondé de soleil et l'asperge blanche a connu un grand essor. Elle croît de façon optimale sur les sols sableux et sédimentaires entre Martigny et Saxon. Entre avril et juin, les asperges sont récoltées le matin et, de préférence, dégustées le jour même avec du jambon cru valaisan.

Du champ à l'assiette



Grandes cultures (total environ 2 300 ha)



Chaque fleur des crocus safran contient trois stigmates qui ont un parfum sucré et aromatique. Ces stigmates sont récoltés et séchés pour être utilisés comme précieuse épice.



Les laitues sont plantées au printemps en pleine terre. D'autres espèces de légumes, comme par exemple les tomates, poussent sous serre ou dans des tunnels.

Précieuses herbes aromatiques

L'air pur et la bonne qualité du sol définissent le Valais comme un paradis des herbes aromatiques. Sur les pentes orientées au sud, les producteurs cultivent, entre autres, la camomille, la mélisse, la sauge, la verveine, la menthe et le thym... pour lesquels, par exemple, le producteur de bonbons Ricola est un important client. Mais plus de 35 herbes aromatiques différentes sont aussi employées pour la médecine et la production de cosmétiques.

L'or rouge

Le village de Mund est le site le plus septentrional de Suisse où l'on cultive le safran. Presque oublié dans les années 70, il aurait disparu si la Confrérie du Safran, fondée à l'époque, n'avait pas reconnu son potentiel. Actuellement, entre octobre et novembre, on récolte environ 3 kg de Safran de Mund AOP, vendu Fr. 14 000.-/kg.

Du seigle pour le pain

A côté du blé et de l'épeautre, le seigle est une céréale typique des régions de montagnes valaisannes. Le seigle pousse sur des terres de hautes altitudes, autrefois jusqu'à 2 200 m, et par des températures extrêmes. Avec la farine de seigle, les Valaisans préparent leur fameux pain de seigle.

Pendant longtemps, la production de seigle semblait s'effondrer à cause des prix à la baisse. Entre-temps, le pain de seigle a été protégé par une AOP ce qui a permis d'assurer le maintien de cette production. Comme il y a 100 ans, il est toujours fait uniquement à partir de farine complète de seigle, de levure, de sel et d'eau. Malgré la simplicité de sa recette, ou peut-être grâce à cela, le pain de seigle a un goût unique dans chaque boulangerie.

www.paindeseiglevalaisan.ch

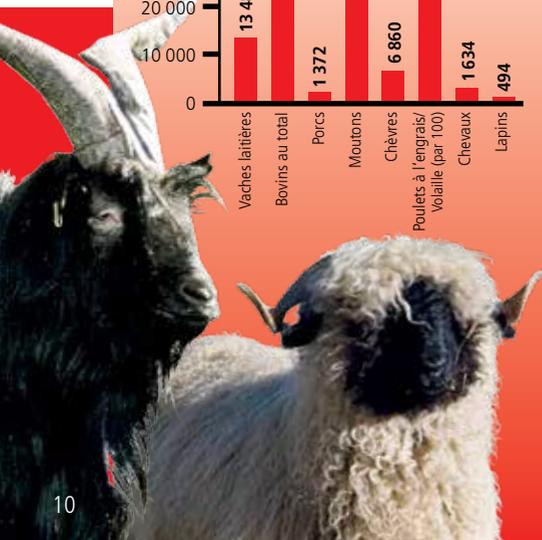
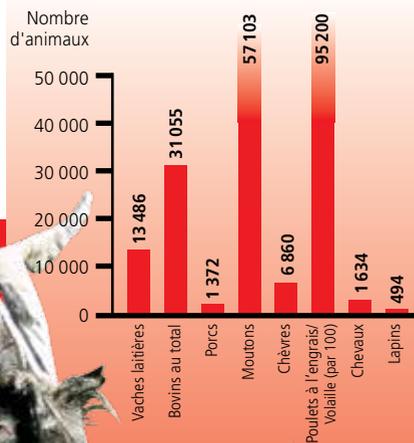


Des paysannes en train de ratisser le foin. L'agriculture valaisanne est souvent une histoire de femmes.

Des pâturages... à la raclette !

Lorsqu'on pense à l'agriculture en Valais, on imagine une vache d'Hérens paissant sur une prairie luxuriante... Ce n'est pas qu'une image d'Epinal car, en effet, l'élevage traditionnel de bétail est solidement ancré en Valais où des races typiques, comme la vache d'Hérens mais aussi d'autres races bovines, sont mises à l'alpage.

Animaux de rente dans le Valais



Les vaches transforment en lait les herbes des Alpes et ce lait est à la base de délicieux fromages d'alpages.



Le Raclette du Valais AOP, élaboré à base de lait cru, est renommé et apprécié loin à la ronde.

L'importance des alpages

De nombreuses régions de montagne sont trop raides et climatiquement inappropriées pour les cultures. Les pâturages représentent donc la plus grande partie de la surface agricole valaisanne et, depuis toujours, le bétail est mené à l'alpage au début de l'été.

Les trois quarts des bêtes d'alpage sont des bovins. Mais, lorsqu'on randonne à travers les Alpes valaisannes, on rencontre aussi des moutons et des chèvres et parfois même quelques chevaux. Ces animaux sont importants pour l'entretien du paysage. Ils broutent l'herbe et préservent ainsi les pâturages de l'avancée des forêts ce qui contribue au maintien d'une flore alpine unique comme les gentianes et les edelweiss.

Le bétail se déplace

En Valais, les paysans et les bêtes se déplacent au rythme des saisons. Lorsque les premiers crocus éclosent au printemps, les paysans montent avec leur bétail jusqu'aux mayens. En été, ils

déménagent jusqu'à l'alpage où ils restent jusqu'à l'automne. Ils redescendent dans la vallée avant la première neige. « Inalpe » et « Désalpe » sont les termes utilisés par les paysans pour ces déplacements du bétail.

Le fromage n'est pas juste du fromage

Peut-être que le fromage valaisan d'alpage, de montagne ou à rebibes est si populaire parce que les herbes des Alpes donnent au lait un goût très particulier... Quel que soit le secret, chaque fromage a vraiment son propre caractère.

Le fromage le plus populaire est le Raclette du Valais AOP. Près de 1 400 tonnes de lait sont transformées en fromage chaque année. Dans les fromageries de village, les fromagers transforment le lait cru et frais apporté par les paysans selon l'ancienne tradition valaisanne. Une recette et un grand savoir-faire artisanal transmis de génération en génération.

www.raclette-du-valais.ch



Les vaches d'Hérens sont naturellement combatives et déterminent ainsi la hiérarchie de leur troupeau.

Le pays où les vaches sont reines

Les paysans élèvent non seulement des races de vaches habituelles, comme la race brune ou la race tachetée, mais aussi des vaches valaisannes typiques comme la vache d'Evolène ou la vache d'Hérens. Cette race ne produit pas beaucoup de lait mais une viande délicieuse. Unique au monde, la race d'Hérens appartient au patrimoine culturel de l'agriculture valaisanne et du Valais. Les éleveurs du Vieux-Pays admirent leur combativité et leur vouent une véritable passion.

« Le Valais tout entier est dans la race d'Hérens. »

Maurice Chappaz, écrivain



Lors de la finale cantonale à Aproz, le sacre de la « Reine des Reines ».



La Viande séchée du Valais IGP, un délice à déguster face aux montagnes...

Elles ont le combat dans le sang

C'est dans la nature des vaches d'Hérens de se combattre, au début du séjour à l'alpage, pour déterminer laquelle mènera le troupeau pendant l'été. Elles s'affrontent au sens propre du terme, front contre front, jusqu'à ce que l'une des deux se détourne et s'avoue ainsi vaincue. Dans les années 1920 les paysans valaisans ont commencé à montrer en spectacle cet esprit combatif, en faisant lutter les vaches entre elles, selon leur poids et leur âge. La vache qui ne se montre jamais vaincue jusqu'au bout est alors couronnée reine. La popularité de ces combats de reines est intacte, tant parmi les spectateurs que parmi les éleveurs. La consécration pour un propriétaire c'est lorsque sa vache devient reine de l'alpage ou, encore mieux, reine cantonale. Mais les vaches d'Hérens ne sont pas réputées que pour leurs qualités combatives. Elles produisent aussi une viande savoureuse, peu grasse et tendre. Le label « Fleur d'Hérens » distingue la viande de cette noble race de montagne.

Brisolée – L'automne valaisan sur la table

Des châtaignes rôties, du fromage d'alpage valaisan, du pain de seigle, du beurre, du raisin et un verre de moût ou de vin... voici la brisolée valaisanne, une spécialité d'automne typique. Mais, bien entendu, la viande séchée du Valais ne doit pas manquer non plus ! Pour pouvoir conserver la viande de bœuf, les paysans valaisans mettaient à contribution le soleil, le vent et l'air sec. Ils ont ainsi commencé à découper puis saler la viande, puis la faire sécher à l'air au garde-manger. La Viande séchée du Valais est maintenant protégée par une Indication Géographique Protégée (IGP), de même que le Lard sec du Valais et le Jambon cru du Valais.



Authentique et unique

Dans le Valais, il n'y pas que des bovins. Les porcs, volailles, moutons et chèvres y sont présents depuis très longtemps. Au cours des siècles, des races se sont développées en s'adaptant parfaitement aux conditions climatiques comme, par exemple, le mouton Nez noir du Valais, le mouton Roux du Valais, le mouton de Saas ou la chèvre Col noir du Valais. Ces races indigènes sont élevées avec fierté par les éleveurs parallèlement aux races habituelles comme le mouton Blanc des Alpes ou la chèvre Gessenay.



1



2



3



4

1 La chèvre Col noir du Valais

La chèvre Col noir est considérée par beaucoup d'éleveurs comme la plus belle de toutes les chèvres suisses. Occasionnellement, elle est aussi nommée chèvre de selle, chèvre des glaciers, chèvre de Vispental, Halsene (ou en dialecte Haut-Valaisan : Ghalsochtu). Si on en croit les rapports historiques, des colons africains apportèrent la chèvre de montagne en l'an 930 dans le Bas-Valais. On remarque particulièrement sa couleur : au milieu du corps se trouve une séparation quasiment géométrique entre la partie antérieure qui est noire et la partie postérieure, blanche comme neige. Les longs poils sont aussi impressionnants. Elle se différencie de sa parente, la chèvre Col fauve qui a une coloration brun-rougeâtre de la moitié antérieure du corps.

2 Le mouton Nez noir du Valais

Il s'agit d'une race naturelle peu exigeante qui est très bien adaptée aux conditions de la montagne. Cette race unique se trouve en Haut-Valais, c'est-à-dire, dans la partie germanophone du canton. On trouve des traces de cette race dès le 15^{ème} siècle. Ce mouton a un nez noir jusqu'au milieu de la tête et ses cornes en spirale sont caractéristiques de sa race.

3 Roux du Valais

Le Roux du Valais est un mouton très autonome. Il est très fertile, peu exigeant et résistant. Ses caractéristiques particulières sont ses cornes en forme de rouleau, son nez busqué et sa laine rouge brunâtre. Ces moutons portent souvent une étoile blanche sur l'arrière de la tête et ils peuvent aussi être blanc à la pointe de leur queue. La laine, plutôt grossière, longue et poussant vite, pouvait autrefois trouver une large utilisation pour la fabrication de vêtements.

4 Le mouton de Saas

Le mouton de Saas, une version locale du mouton de Bergame, présent dans la vallée éponyme et du Simplon, est très menacé d'extinction. Il est élevé presque exclusivement dans des bergeries alpines traditionnelles de la vallée de Saas. Généralement blancs, ces animaux, sans cornes et au nez bombé, sont très familiers et faciles à apprivoiser. Leur principale caractéristique réside dans de longues oreilles tombantes. Ce sont de grands moutons qui produisent une laine plutôt fine et ils sont élevés principalement pour la production de viande.



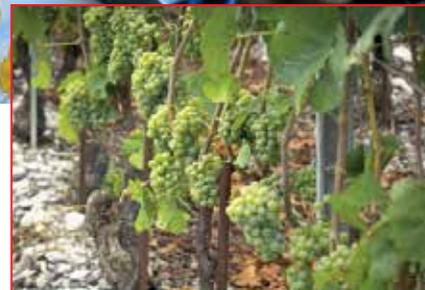
A la rencontre des paysannes et paysans valaisans

On accède de manière simple et savoureuse à l'agriculture valaisanne en passant par ses nombreux produits délicieux. Grâce à leur provenance et à leur qualité exceptionnelle, beaucoup d'entre eux sont spécialement distingués. Très actifs, les paysannes et paysans invitent le public à des rencontres riches en expériences lors de journées portes ouvertes, grâce à l'agritourisme ou à la vente directe sur l'exploitation.

AOP/IGP

AOP et IGP sont des distinctions pour des produits de qualité dont l'identité est particulièrement ancrée dans sa provenance et l'élaboration traditionnelle sur place. L'AOP (Appellation d'Origine Protégée) garantit que le produit a été conçu intégralement dans sa région d'origine, de la production de matières premières jusqu'à la dernière étape de sa fabrication. Dans le cas des IGP (Indication Géographique Protégée), il faut au moins qu'une étape de la production ait lieu dans la région d'origine.

www.aop-igp.ch



Coup de cœur à la première gorgée – Les Caves ouvertes

Chaque année, durant le week-end de l'Ascension, ont lieu les Caves ouvertes des vigneronnes et vignerons valaisans. Cette rencontre gustative et culinaire est placée sous le signe de la liberté, des coups de cœur et du mouvement. Plus de 200 caves participent à ce grand événement.

www.lesvinsduvalais.ch

Les marchés régionaux et la vente directe

Les paysans valaisans proposent leurs produits culinaires à la dégustation et à la vente sur différents marchés régionaux. Par exemple, dans la vieille ville de Sion, ou au marché paysan de Viège « Visper Püürumärt », il s'agit bien davantage qu'un site de vente directe : ce sont des lieux conviviaux où se retrouve la population valaisanne.

Les paysans valaisans savent aussi comment acheminer leurs spécialités jusqu'au client lors de rendez-vous particuliers. Par exemple la Fête du Goût, la fête vigneronne « Pfyfoltru-Weinfest » à Varen, ou au gré des différentes balades vigneronnes à travers tout le canton.

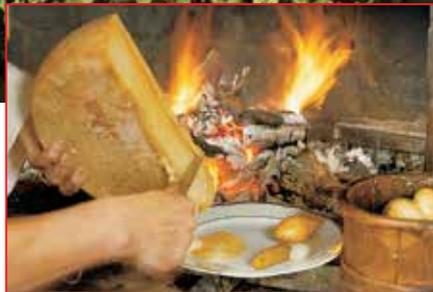
www.valais-terroir.ch

La marque « Valais » – la qualité est ancrée

Les produits qui portent la « Marque Valais » sont de véritables symboles pour le canton. Les abricots, la raclette, le pain de seigle, le Safran de Mund et 23 autres produits particuliers sont distingués par l'étiquette rouge. D'autres délices vont prochainement suivre. La marque garantit au consommateur qu'il achète et consomme un produit de qualité provenant d'une entreprise consciente de la valeur de sa production et soucieuse de sa responsabilité sociale et écologique.



www.valais.ch



S'impregnier de l'air de la ferme

Le réseau comprenant l'agriculture et le tourisme joue un grand rôle en Valais. Aussi grande que l'offre culinaire, l'offre en hébergement est variée, entre les nuits sur la paille ou l'hébergement dans un mazot sur l'alpage ou au milieu des vignes. Depuis quelques années, de sympathiques possibilités de trekkings avec des chevaux, des ânes, des lamas ou alpagas rencontrent un grand succès. Grâce aux nombreuses facettes de l'agritourisme, le public peut avoir une bonne approche de l'environnement agricole et découvrir les spécialités culinaires régionales.

www.valais-terroir.ch, www.agritourisme.ch

L'amour passe par l'estomac

Les touristes, tout comme les habitants, apprécient la nourriture valaisanne simple et authentique. A l'exemple des cartes des restaurants qui proposent, entre autres spécialités, le « Cholera » dans la vallée de Conche, le « Gsottus » dans la vallée de Saas, ou, dans le Bas-Valais, la fameuse brisolée. Mais il faut aussi souligner qu'un grand nombre d'établissements gastronomiques apportent la preuve qu'en Valais la cuisine régionale et les produits du terroir ne se limitent pas à la raclette ou à l'entrecôte de vache d'Hérens.

Préparation

Trier les châtaignes en les plongeant dans l'évier rempli d'eau, éliminer celles qui flottent (pourries ou véreuses).

Fendre au couteau les châtaignes de façon à pouvoir les ouvrir facilement par la suite.

Faire ensuite rôtir les châtaignes, de préférence au feu de bois (c'est bien meilleur) dans une casserole en fonte percée de trous, pendant 20 à 30 min selon leur taille.

Servir immédiatement avec les accompagnements : fromages, viande séchée, pain de seigle beurré et les fruits.

Recette « La brisolée »

Autour de châtaignes grillées au feu de bois, la brisolée réunit plusieurs symboles de la gastronomie valaisanne.

Ce plat convivial se déguste dans le Valais romand de mi-septembre à mi-novembre.

Ingrédients

Pour 4 personnes:

- 1 kg de châtaignes
- fromages d'alpage du Valais
- Viande séchée du Valais IGP
- Lard sec du Valais IGP
- Jambon cru du Valais IGP
- Pain de seigle valaisan AOP
- beurre
- fruits d'automne: raisin, pommes et poires du Valais, noix

Boissons

- Le moût – jus de raisin avant sa fermentation
- Le vin nouveau
- Un verre d'Humagne rouge ou de Cornalin

Source : www.valais-terroir.ch