

*« Il n'existe rien de constant si ce n'est le changement. »*

*Bouddha*

## Le Mot du Gouverneur honoraire

Hé oui ! MON dernier mot du Gouverneur... OUI, je dis bien en tant que Gouverneur... Celui qui arrivera à me faire taire n'est pas encore né !

Bref, 8 ans à diriger les Potes, quelle magnifique expérience, quel enrichissement humain, quels plaisirs, tellement de rencontres et d'amitiés, les concours en tant que dégustateur furent pour moi des moments extraordinaires, le partage entre vous tous les Potes, cette amitié qui restera indéfectible, à jamais ancrée dans mon cœur !

Le Conseil ! Que dire du Conseil, des Potes dévoués compétents, débordant de ressources, pleins d'allant, et plein d'idées. Des idées et une créativité qui ont permis d'avoir un bilan très positif de ces huit ans: la création de l'Info Potes, l'amélioration de nos finances, l'étude et la refonte du règlement du concours, la commande de nouvelles vestes et encore bien d'autres petites choses qui ont permis d'améliorer notre passion au quotidien. MILLE mercis à vous tous membres du Conseil.

Bon, les Potes, trêve de larmoiements et de remerciements, je suis toujours là ! Vous m'aurez encore un moment entre les pattes et les casseroles, et je ne vais pas vous lâcher si facilement. Un immense MERCI pour ces années de confiance.

POTE UN JOUR, POTE TOUJOURS !

Mitch



*Hubert Varrin et Mitch Delessert*

## **Le Mot du nouveau Gouverneur**

Chers Potes et Amis,

Pour ceux qui ne me connaissent pas encore, permettez-moi de me présenter.

Né en 1956 en Ajoie, à Courgenay, j'ai toujours été intéressé par la vie associative. C'était une histoire de famille. Dès mon plus jeune âge, j'ai fait partie de la fanfare, puis du chœur-mixte et j'ai entamé une carrière politique au niveau local. Marié en 1986, je suis l'heureux père de deux filles adultes. Les petits plats cuisinés en famille m'ont très tôt donné le goût des bonnes choses.

De formation employé de commerce, j'exerce actuellement la profession de conseiller social depuis plus de dix ans auprès du Service social de l'armée à Berne. Dans mon activité professionnelle, j'apprécie particulièrement les contacts avec la clientèle.

En 1999, lorsque je travaillais déjà pour l'armée à Bière, deux collègues de travail m'ont proposé de rejoindre les Potes de la Vallée de Joux. Après une année de noviciat, j'ai été intronisé comme Pote-au-feu par notre regretté Silvio Mages ancien Commandeur des Potes de la Vallée de Joux et ancien Gouverneur de la Confrérie jusqu'à son décès en 2007. C'est d'ailleurs à l'occasion des préparatifs du Chapitre de St-Prex en 2007 que Silvio m'a demandé de reprendre la charge de Grand Chancelier. Malheureusement, Silvio est décédé la veille du Chapitre. Il nous a quittés bien trop tôt. Je lui suis encore très reconnaissant de m'avoir confié une charge au Conseil de confrérie et, en son honneur, j'ai toujours œuvré au plus près de ma conscience en faveur de la Confrérie des Potes-au-feu.

A l'occasion du Conseil magistral de 2008, Mitch Delessert était élu comme nouveau Gouverneur et j'ai eu le plaisir de lui servir de bras droit durant ces huit dernières années, que ce soit comme Grand Chancelier, puis comme Vice-gouverneur.

Le 8 avril dernier à Sion, les délégués présents au Conseil magistral m'ont élu comme nouveau Gouverneur de la Confrérie. Grâce à mon expérience au sein du Conseil de confrérie, je souhaite poursuivre l'œuvre de mes prédécesseurs. J'ai la chance de pouvoir compter sur votre soutien dans l'exercice de mon mandat. De votre côté, vous pouvez compter sur moi.

Il va sans dire que je ne bouleverserai pas les traditions et que je n'ai pas envie de réinventer la roue. Ma première tâche consiste à consolider les acquis, tout en recherchant le développement de nos activités. J'aurai probablement l'avantage de pouvoir procéder bientôt à la création d'une nouvelle Commanderie dans les Montagnes neuchâteloises. Quelques Commanderies sont confrontées à des problèmes d'effectifs et je les encourage à entreprendre des démarches de recrutement. Pour l'instant, je ne pense pas qu'il soit judicieux de publier des annonces pour le recrutement de nouveaux Potes, mais lorsque vos effectifs fondent, n'attendez pas qu'il soit trop tard pour trouver de nouvelles forces.

Nous aurons le plaisir de nous revoir bientôt à l'occasion du Concours gastronomique en plein air à Sion. Ce sera l'occasion pour moi de me présenter à ceux qui ne me connaissent pas encore et à sympathiser dans l'esprit de camaraderie et de convivialité qui nous anime. Je vous remercie de votre soutien et de la confiance que vous me témoignez.

Notre devise: "**Cultiver l'art culinaire dans un cercle d'amateurs talentueux**".

A quoi j'ajoute: "**... dans l'amitié et la convivialité**"

**Longue vie à la Confrérie des Potes-au-feu !**

Hubert Varrin, Gouverneur

## Les 40 ans des Potes-au-Feu de Fribourg

La fin de l'année dernière a vu se dérouler un souper spécial à Fribourg : celui des 40 ans des Potes de la cité sarinoise. Ce fut l'occasion de recevoir le Conseil, du moins quatre de ses membres, dont notre Gouverneur, Michel, de compter aussi parmi nos invités deux anciens Commandeurs de la Confrérie.

Ce souper de gibier s'est très bien déroulé, avec des plats innovants, comme un steak haché de chevreuil « Rossini », plat inventé pour l'occasion par notre maître de cérémonie, Dominique Cotting. Le souper a fini en apothéose, avec un superbe gâteau de saison préparé par notre pote John Lehmann. Même le Gouverneur, nous ayant au préalable confessé son peu d'affection pour les châtaignes, a dû s'extasier devant ce dessert exquis.



En fin de soirée, discours marquant de notre Gouverneur, reliant la cuisine et l'amitié, deux thèmes qui lui sont chers et que d'ailleurs nous partageons tous.

Ce fut un véritable plaisir de recevoir le Conseil lors de cette soirée commémorative. 40 ans depuis l'entrée de la section de Fribourg à la Confrérie des

Potes, ce n'est pas rien. Depuis lors, la Confrérie de Fribourg continue de vivre et de prospérer, continuant, comme c'est son habitude, de jeter des ponts entre la Suisse romande la Suisse alémanique, alliant les saveurs du Rhin et du Rhône, privilégiant les produits régionaux et les plats de saison.

La Commanderie de Fribourg compte désormais 20 membres et vit une baisse d'effectif, par rapport à 2010, de 25%. Il est toutefois étrange qu'une société dans laquelle la cuisine tient télévisuellement tellement d'importance ne récolte pas les fruits de cet engouement. Cette mode des repas presque parfaits,





des top chefs ne rivalise, et c'est dommage, pas encore avec la perte de goût pour la vie associative, que chasse un individualisme forcené et la peur peut-être de s'impliquer ou de s'engager à long terme.

40 ans, c'est un bel anniversaire. Espérons que notre Confrérie saura trouver les ressources pour perdurer et pour parvenir en meilleure forme encore à ses 50 ans...

Nous vous donnons rendez-vous !

*Christophe Cottet, Commandeur des Potes de Fribourg*

**Les magnifiques locaux à disposition des Potes-au-feu de Fribourg:**



## Commanderie de Moudon

### Repas du mois de février

Thème: Poissons & Crustacés

Potes aux fourneaux: R. Demierre, M. Bertholet, Ph. Berthoud,

Menu	
Gambas flambés au whisky	Albariño 2012
Baudroie sur lit de topinambours croquants	Chardonnay Fontannes 2013
Camembert au lait cru, Pont-Lévêque, Brillat-Savarin	Petit-Vignoble 2011
Nage d'agrumes à l'émulsion de champagne et sa tuile aux amandes	Champagne Boizel

	
Gambas flambées	Baudroie sur lit de topinambours



Les pâtes molles du jour



Nage d'agrumes émulsion de champagne



Le pyromane en chef



Dressage des assiettes





## Repas du mois de mars

Thème: Lapin

Potes aux fourneaux: J.-P. Gouffon, D. Juilland, J. Rufini

Menu	
Terrine de lapin au foie gras et échalotes	Petite Arvine 2011, G. Besse, Martigny
Lapin confit au miel, polenta croustillante	Syrah 2014, Domaine du Clos des Pins, Dardagny
Choix de vacherins Mont d'Or	
Poire au chocolat, crème glacée au chocolat amer	

	
Terrine de lapin au foie gras	Lapin confit au miel

Pain de campagne confectionné par Daniel Juilland

	
Vacherin Mont d'Or	Poire au sirop, crème glacée au chocolat amer

## Repas du mois d'avril

Thème: Provence

Potes aux fourneaux: M. Bertholet, Ph. Berthoud, D. Juilland, E. Sudan

Menu	
Calamars farcis à la provençale	Mirambeau, Bordeaux Rosé
Le Grand Aïoli et ses garnitures	Mirambeau, Entre-deux-Mers, Bordeaux blanc
Les fromages aux herbes : Maréchal, Tomme de Tourbillon, Pavé fleuri	Prélude 2012, domaine de la Verde, Vacqueyras
Ma glace favorite à l'orange amère et sa garniture	



Calamars farcis



Le grand aioli

Les pains du repas ont été confectionnés par Daniel Juilland



Les fromages aux herbes



La glace favorite de Michel



En cuisine



Dressage des assiettes



## Commanderie de Fribourg

### La viande de boucherie

L'historien gastronome se perd parfois dans notre passé culinaire. Après avoir dévoré quelques opuscules historiques, dont celui de Madeleine Ferrières, « Histoire des peurs alimentaires », ou encore celui d'Anthony Rowley, « Une histoire mondiale de la table », il en sait désormais un peu plus sur la passion des Potes.

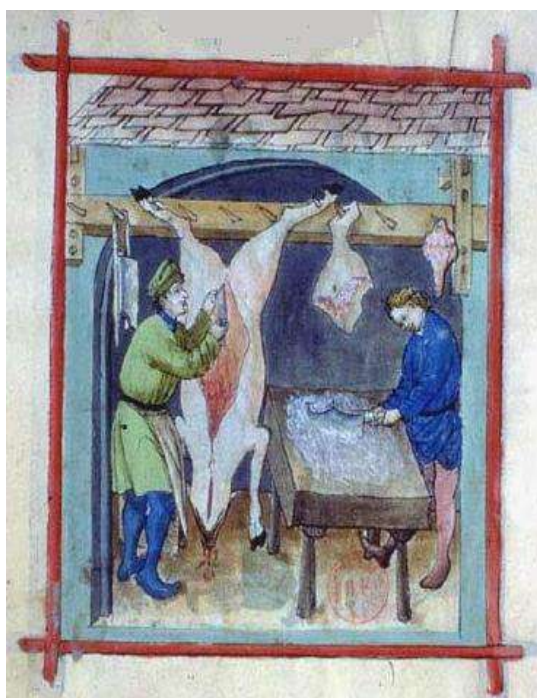
Réfléchissons à nos viandes de boucheries. Aujourd'hui, elles sont contrôlées, vérifiées, et dans nos pays d'Europe, étiquetées à foison. On n'entend presque jamais dans la presse qu'est survenu un problème à cause de leur ingestion.

Autrefois, il en était tout autrement. On vivait avec l'intuition que manger un animal malade rendait l'homme malade. Les seuls spécialistes qui avaient la formation pour déceler si les viandes étaient saines ou non étaient quelques prêtres. Et encore, ils ne savaient presque contrôler que la viande de porc et uniquement pour la lèpre porcine, que l'on sait être depuis 1800 une parasitose... on appelait jadis ladrerie du porc cette maladie transmissible à l'homme, reconnaissable aux pustules blanches dans la chair. A la campagne, les cochons étaient associés aux tas de fumier, tandis que dans les villes, ils se nourrissaient de tous les déchets urbains, d'où ces parasites à profusion. On comprend d'où vient la sinistre réputation du porc. Quant aux autres viandes, tout était très délicat. La seule ressource à disposition était l'odeur de la chair...



*Parasitose*

Toutefois, il existait un contrôle pratique : les abattoirs étaient situés dans les centres villes et de ce fait, on considérait que si un bœuf ou un mouton pouvait parvenir sur ses pieds jusqu'à ces abattoirs, la viande devait être saine... elle était donc d'office autorisée à être vendue dans les étals à l'intérieur de l'enceinte de la ville, ce qui « garantissait » une sorte de qualité sanitaire. Il était toutefois possible d'acheter la viande rejetée ou « morte en route » en dehors des murs, viande que l'on qualifiera d'impropre à la consommation de nos jours, beaucoup moins chère, mais sans garantie qu'elle soit saine ! On la réservait d'ailleurs aux pauvres et aux lépreux !



Dès lors s'étonne-t-on que cette cuisine ancienne privilégiait les épices, les vinaigres et les cuissons longues ? Les épices permettaient de cacher l'odeur et le goût, mais elles étaient souvent réservées à une élite qui pouvait se les offrir. Les vinaigres ou les verjus donnaient un sentiment acide, mais elles désinfectaient le plat ou la potée, du moins l'a-t-on compris plus tard. Quant aux cuissons longues, elles permettaient de rendre ces viandes un peu plus sûres à consommer... prendriez-vous le risque, avec de telles viandes, de vous concocter un steak tartare ou un carpaccio ?

On se méfiait des animaux à tel point que les bouchers travaillaient à flux tendu, selon la demande ; une viande de bœuf ne pouvait pas, en été, être vendue plus d'un jour et demi après son abattage ; cela a peut-être permis de sauver bien quelques vies, mais au détriment du rassissement et de la qualité gustative !

*Christophe Cottet, Commandeur des Potes de Fribourg*



## Commanderie de Rolle

Les Potes de Rolle ont créé une page Facebook:



## Actualisation du site de la Confrérie

Les autres Commanderies sont visibles sur le site de la Confrérie: [www.potes.ch](http://www.potes.ch)

Toutes les pages ne sont pas encore actualisées. Merci de le faire au plus vite !



## FSCBG

### Assemblée générale de la FSCBG du samedi 9 avril 2016 à Cully

Les représentants des 14 Confréries affiliées à la [Fédération Suisse des Confréries Bachiques et Gastronomiques](#) (FSCBG) étaient réunis le samedi 9 avril dernier à Cully, au domaine du Petit Versailles des Frères Dubois.



La Fédération était présidée durant les trois dernières années par Eric Schild, Roi des Chevaliers de la Cave de Bevaix. Selon le tournus établi, il appartient à la Confrérie des Potes-au-feu de reprendre les rênes pour les trois prochaines années. Notre Gouverneur sortant Mitch Delessert a été élu président de la FSCBG. Il sera



accompagné dans son mandat par Claude Rufini secrétaire permanent de la FSCBG, Hubert Varrin trésorier, Rémy Pheulpin Site Internet et un vice-président qui sera nommé ultérieurement par la Noble Confrérie des Chevaliers à la Table Rouge.



*Confrérie de la Perche*

Relevons dans les invités la présence de la [Confrérie de la Perche](#) qui vient d'être constituée à Villeneuve et qui devrait probablement rejoindre les rangs de la FSCBG dans une année.

A l'issue de l'assemblée, les convives ont eu l'occasion de visiter le domaine

du [Petit Versailles](#), notamment la magnifique cave où trônent des fûts de chêne impressionnants par leur taille et leur état de conservation. Nous avons pu déguster les crus 2015 qui sont très promettant. La dégustation s'est poursuivie dans l'œnothèque des Frères Dubois où nous avons dégusté quelques crus triés sur le volet, accompagnées de délicieux taillés et flûtes confectionnées par Robert Porchet, Grand-Maître de l'Ordre des Chevaliers du Bon Pain de la Suisse latine.



Les crus des Dubois nous ayant mis en appétit, nous nous sommes déplacés à Chexbres à [l'Hôtel Préalpina](#) où nous avons pu nous régaler. Malgré le brouillard, l'ambiance était chaleureuse à l'intérieur et nous avons beaucoup apprécié ces moments d'amitié et de convivialité qui animent toujours les membres des Confréries.



## Commanderie du Vieux-Pays de Sion

47<sup>ème</sup> Concours gastronomique de cuisine en plein air le samedi 28 mai 2016 à Sion  
20<sup>ème</sup> anniversaire de la Commanderie du Vieux-Pays



**47<sup>ème</sup> Concours de Cuisine  
Gastronomique en plein Air**  
*Les Potes du Vieux-Pays, Sion-Valais*



**PROVINS**  
DEPUIS 1990

**Sion, place du Scex  
Samedi 28 mai 2016**

### Au Programme

Dès 07h30	Réception des Commanderies Tirage au sort de la place de travail Café, croissants offerts par les Potes du Vieux Pays
08h00	Tirage au sort des heures de passage et Distribution des paniers
08h30	Ouverture du marché
10h00 à 14h00	Animation pour les enfants
10h30	Apéritif des Invités et Commandeurs
11h00	Première présentation des plats au jury
11h30	Fermeture du marché
Dès 11h30	Animation et Repas des Commanderies

**Possibilité de se restaurer, Cornettes du Mayen,  
Assiette valaisanne, Raclette**

15h00	Fin de la présentation des plats au jury
16h00	Partie officielle Intronisation des Potes Attribution des challenges définitifs Proclamation des résultats

**Fin de la manifestation officielle, animation**

### *Sion, Secrète capitale du Valais au charme du sud*



#### Un peu d'histoire

Blottie au pied des collines de Valère et Tourbillon, la capitale du Valais conserve des témoignages nombreux et surprenant de qualité. Empilés en strates riches de découvertes, ils emmènent le visiteur flânant le long des ruelles de la vieille ville vers un ailleurs qui sent déjà le sud.

Sion c'est d'abord une position stratégique naturelle, une situation aisément fortifiable à mi-chemin sur le parcours capricieux mais fertile du Rhône vers le Léman.

Au néolithique, les premiers habitants s'y établirent, constituant vers 5'000 av. J.-C. une communauté d'agriculteurs qui est aujourd'hui encore l'une des plus anciennes attestées en Suisse, comme l'ont démontré dans les années 1980 des fouilles à la place de la Planta.

Après des millénaires de civilisation, c'est la tribu celtique des Séduni qui occupe la région. A l'aube de notre ère, le Valais, avec Martigny pour capitale, passe sous la domination romaine. Dans cette dernière cité siègea le premier évêque connu du Valais, Théodule. Un de ses successeurs, Héliodore, déménage à Sion dans la deuxième moitié du VI<sup>ème</sup> siècle.

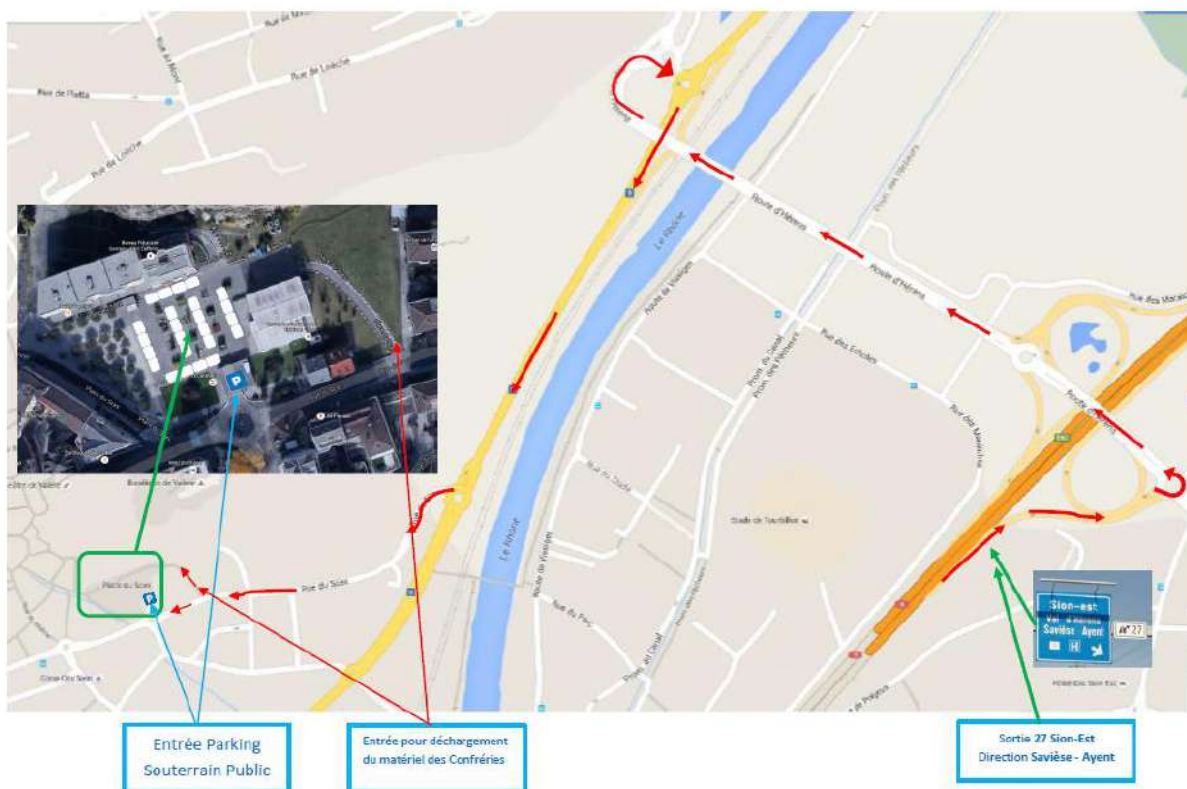
En 999, l'évêque Hugues recevra du dernier roi de Bourgogne le comté du Valais et l'immédiateté impériale. Dès lors, et malgré les guerres menées par la Savoie (la moitié de la vallée dépendait tout de même de la Savoie jusqu'à la fin du XV<sup>ème</sup> siècle), la prééminence de Sion sur la vallée reste assurée. Sion rejoint en 1815 la Confédération. A ce jour, elle compte plus de 30'000 habitants.



Le prospectus du concours peut être téléchargé ici : [Programme du Concours](#)

Sion, Place du Scex - Samedi 28 mai 2016

## Situation



Depuis 2007, la Ville de Sion et l'Office du Tourisme, souhaitant valoriser à la fois le côté urbain de la capitale du valais et ses artisans du goût, ont développé la démarche « Sion terroir urbain ».

Depuis cette date, Sion promeut toute démarche qualitative et originale alliant le terroir et l'urbanité, comme par exemple des événements festifs répartis le long des saisons (Sion Fête du Goût, Jardin des Vins, marché de la vieille ville, Grand Marché de Pâques), forfaits touristiques inédits (Balade des Divins, Histoire de Raclette, Ciné Gourmand à la Maison du Diable, Forfait Bisse de Clavau, Forfait visite et repas), recettes de cuisine innovantes, Croustilles de Sion, ... soit tout ce qui fait de la capitale une ville gourmande par excellence

### Sion Ville Gourmande

Sion par la beauté de sa vieille ville, de ses vignes en terrasses et de ses vergers, sert d'écrin à un terroir riche mis en valeur par de nombreux artisans du goût.

Tant les Croustilles de Sion (chips à base de Pain de seigle séduisois marié soit à la Pomme canada soit au fromage Raclette AOP du Valais), que Sion Fête du Goût, le Jardin des Vins, Le Marché de la Vieille Ville du vendredi, le Grand Marché de Pâques, le parcours Randocroquis, ... représentent cet alliage en urbanité et terroir si cher à notre belle ville de Sion et tant apprécié par les adeptes de « Bien vivre ».

L'Office du Tourisme, à travers des animations telles que : Histoire de raclette, la Balade des Divins, le Ciné Gourmand, le Forfait Bisse de Clavau ou les offres visites et repas, est à votre disposition pour faire vivre d'enrichissantes expériences autour de notre Terroir Urbain



## Agenda 2016

**28 mai** 47<sup>ème</sup> Concours de cuisine gastronomique en plein air à Sion VS

## Agenda 2017

**17 juin** 48<sup>ème</sup> Concours de cuisine gastronomique en plein air à Apples VD

## Agenda 2018

**???** 49<sup>ème</sup> Concours de cuisine gastronomique en plein air à Lavaux VD

## Agenda 2019

**???** 50<sup>ème</sup> Concours de cuisine gastronomique en plein air à Genève

---

La commission de rédaction vous adresse ses cordiales salutations.

Hubert Varrin  
Michel Delessert  
Viktor Williams  
Jacques Rufini

