



# info potes



**Automne 2008 - Numéro 4**

*« De la dépouille de nos bois, l'automne avait jonché la terre. Le bocage était sans mystère, le rossignol était sans voix. »*

## **Le Mot du Gouverneur**

Les mots de ce message sont **UNITÉ, AMITIÉ et PARTAGE !**

Unité : pour moi un Pote n'est pas comme beaucoup le pensent le confrère d'une commanderie. Non ce n'est pas ça du tout, la bonne définition du Pote c'est plutôt son esprit. Esprit Potes qui existe en chacun de nous, qu'il soit vigneron, agriculteur, électricien ou avocat, laitier ou fonctionnaire, professeur ou étudiant. Par cet esprit il sait, où devrait savoir, qu'il fait partie d'une confrérie et de ce fait se doit de participer avec plaisir aux activités de la commanderie et aussi à celles de la confrérie.

Amitié : Avant tout le Pote est un artiste ! Plein de fantaisie, avec un esprit d'innovation, c'est un communicateur, quelqu'un d'ouvert aux idées nouvelles qui est capable de se remettre en question, c'est un amoureux de la beauté, de la bonne chaire et surtout de l'amitié. Pour mémoire il a suffi d'un appel pour que quelques Potes reprennent l'organisation du concours 2008, merci. D'une invitation pour déguster un repas de Bénichon ou un menu du marché dans le Chablais, merci. L'amitié c'est aussi vous qui à chaque rencontre nous proposez de venir déguster vos spécialités régionales, merci. Ou encore ces commanderies qui s'unissent pour organiser le concours 2009, merci. Et à vous Potes, Commandeurs, Conseillers et membres du bureau pour votre amitié un immense MERCI !

Partage : De ces artistes pleins de fantaisie, de ces Potes amoureux de la bonne chaire, de ces amis prêts à s'investir, de ces communicateurs, partageons les plaisirs d'une bonne table, d'un

verre de vin, le délicieux suspense d'un concours ou la réjouissance de se retrouver réunis pour notre Chapitre 2009.

« Etre humain, c'est aimer les hommes. Etre sage c'est les connaître ! »  
Lao-Tseu

## Les Nouvelles des Potes



Association vaudoise  
pour l'Olma 2008



# OLMA 08



Quelques courageux potes se sont levés le samedi 11 octobre, bien avant les aurores, pour se retrouver à la gare de Morges avec plus d'un millier de confrères, membres de sociétés de toutes sortes pour aller défiler avec panache devant plus de 32'000 spectateurs dans la vieille ville de cette magnifique cité de Saint-Gall. Un grand merci aux saint-gallois pour leur chaleureux accueil et leur enthousiasme.

Grâce au dynamisme du directeur de projet OLMA 08 Monsieur Didier Amy, et à son équipe, l'organisation de cette journée mémorable fut une réussite à tous points de vue. Bravo à toi Didier ! **UNITÉ !**

## La vie des Confréries

### La Bénichon des Potes de Fribourg

Il est difficile de trouver une fête plus fribourgeoise que la Bénichon. Depuis quatre ans maintenant, les Potes de Fribourg, sous l'impulsion de Claudy Roubaty, ont décidé de mettre cette étape



culinaire au calendrier annuel ; Claudy nous reçoit chaque septembre en ses murs pour nous proposer le menu traditionnel de cette légende fribourgeoise.

Qu'est-ce que la Bénichon ? Au Moyen-âge, c'était une fête qui suivait la bénédiction de chaque nouvelle église construite. Rapidement cependant, l'aspect religieux a été agrémenté par le côté festif : un repas digne des héros de Rabelais était servi et l'on mangeait jusqu'à épuisement des stocks de nourriture. La fête durait trois ou quatre jours. Les paysans fribourgeois sont devenus par la suite plus raisonnables et ont fait coïncider ce repas avec la fin des grands travaux agricoles. C'était l'occasion de réunir toute la famille et de remercier les différentes personnes qui avaient travaillé pour la ferme. On ripaillait pour rendre grâce à Dieu de l'abondance des récoltes. Aujourd'hui cette tradition, si elle perdure dans certaines familles d'agriculteurs, a toutefois perdu de sa force, mais la Bénichon se fête dans beaucoup de ménages fribourgeois dans une forme simplifiée.



**Le repas traditionnel s'établit ainsi :**

- ***Cuchaule – moutarde-beurre***
- ***Bouilli de bœuf***
- ***Ragoût d'agneau aux raisins – pommes purée – poires à botzi***
- ***Jambon – saucisson – choux – haricots***
- ***Gigot d'agneau à l'ail – pommes boulangères – salades aux carottes rouges***
- ***Planche de fromage***
- ***Meringues – crème au baquet – corbeille de fruits***
- ***Beignets- bricelets – pains d'anis – croquets – cuquettes***



Il est important de comprendre que les mets du repas et la date de cette fête sont en étroite corrélation. Les cuisiniers ont à disposition l'approvisionnement, les légumes du jardin, le mouton de montagne, les réserves de crème et de fromage, le jambon a eu le temps de fumer à la borne. Chez Claudy, on vit parfaitement ce respect des saisons. Tout est fait à la main, même le jambon, tout est frais, tout vient de son jardin. Dès lors vous comprendrez que les Potes de Fribourg se font une joie de ripailler et de se laisser bercer par l'excellence du repas. Cette année, notre Gouverneur et deux potes du Conseil nous ont charmés de leur

présence et nous avons procédé à l'intronisation d'un nouveau pote. C'est dire que la fête a été belle. Merci à tous les potes pour cette merveilleuse soirée, mais en premier lieu à Claudy, son épouse et son équipe de cuisine. **AMITIÉ !**

Christophe Cottet, Commandeur des Potes de Fribourg

## Info flash

Comme décidé à l'occasion du dernier Conseil Magistral, notre **4<sup>ème</sup> Chapitre** aura lieu le **samedi 16 mai 2009 à Savigny VD**. Un comité d'organisation est mis en place pour organiser une grande soirée sous la baguette du chef Alain Marchon, maître queux du Restaurant « Chez Marco » à Savigny.

Potes, nous avons besoin de vous. Il va de soi que comme les deux derniers chapitres, nous désirons la participation de quelques commanderies pour préparer l'apéritif de bienvenue. Les intéressés peuvent s'adresser à leur commandeur qui transmettra.

**Agendez cette échéance dès maintenant. C'est la Fête des Potes. Nous comptons sur le plus grand nombre d'entre-vous. PARTAGE !**

## Les recettes

### Cuchaule

Ingrédients : 900 gr de farine blanche, 5 dl de lait, 10 gr de sel, 50 gr de levure, 125 gr de sucre, une pincée de filaments de safran, 125 gr de beurre, 1 œuf pour la dorure.

Préparation : Sortir le beurre du frigo afin qu'il devienne tendre. Tamiser la farine, faire une fontaine et ajouter le sucre et le sel, recouvrir légèrement et ajouter la levure. Mélanger le tout. Ajouter le lait et le safran ; ce mélange doit être préalablement tempéré. Pétrir, incorporer le beurre, puis faire une pâte lisse et assez tendre. Laisser reposer afin que la pâte double de volume. Former des pains ronds, les recouvrir d'un linge et laisser lever 40 min.

Pour la dorure : 1 œuf, 1 pincée de sel et 1 pincée de sucre. Badigeonner la cuchaule et lui faire des entailles.

Cuisson : environ 30-45 min., à 180°C.



## Avis de recherche (rappel)

Grâce à votre collaboration, à l'instar de Christophe Commandeur de Fribourg, nous avons pu compléter notre fichier d'adresses électroniques, mais il en manque encore. Je compte sur vous pour me faire parvenir un maximum d'adresses manquantes.

## Divers

Le Conseil de Confrérie vous adresse, chers Potes, ainsi qu'à tous vos proches, un magnifique automne.



*Le Gouverneur : Michel Delessert    Le Grand Chancelier : Hubert Varrin*

[mdelessert@groupemutuel.ch](mailto:mdelessert@groupemutuel.ch)

[hubert.varrin@bluewin.ch](mailto:hubert.varrin@bluewin.ch)