

AOÛT 2024

FRAIS & SYMPA

CUISINER, DÉCOUVRIR ET EXPÉRIMENTER: LE MAGAZINE PLEIN D'IDÉES DE VOLG

DOUCE SUISSE

Des desserts qui fleurissent
bon l'amour du pays

EN VOISIN

Durable: le label
«Délices du village»



LÉGUMES D'ÉTÉ

De la courgette à la tomate: l'assiette prend des couleurs

Volg

Hiestand[®]

Schweiz AG

HIESTAND et IP-SUISSE: un partenariat de 30 ans

Depuis maintenant 30 ans, la petite coccinelle rouge d'IP-SUISSE est estampillée sur les produits de boulangerie tout juste sortis du four de HIESTAND. Nous avons commencé à confectionner des croissants et pains à base de farine IP-SUISSE en 1994, une étape décisive pour la culture durable de céréales en Suisse. Nous sommes la première boulangerie à avoir soutenu IP-SUISSE et ses quelque 18 500 agriculteurs par le biais d'un don de 100 000 francs, favorisant ainsi sa conception d'une agriculture durable.

Votre boulangerie HIESTAND et IP-SUISSE



SOMMAIRE



8

Nos recettes
Les légumes d'été
à l'honneur



24

Nos recettes
Une fête nationale sous le signe
des desserts des différents cantons



32

**Typiquement suisse -
Typiquement Volg**
Urs Bischofberger dévoile quelques
secrets du fameux Bärli-Biber



35

Notre marque
Pour la pause café à la maison:
les capsules à café Volg

ÉDITORIAL

Chères lectrices, chers lecteurs,
Dans les magasins Volg, l'époque de la fête nationale est liée à une tradition de longue date: pendant une brève période, on y trouve les biscuits militaires et le chocolat de bivouac, deux spécialités qui symbolisent tout autant la Suisse que les hauts sommets et les lacs aux eaux cristallines. La rubrique «Nos recettes» célébrera elle aussi la patrie avec un petit voyage à la découverte des desserts de nos cantons. Parmi les douceurs célèbres de notre pays, il faut aussi citer le biberli qui, depuis des générations, est un incontournable du sac à dos sur le chemin de l'école, en randonnée ou en excursion avec la famille. Le Bärli-Biber appenzellois est l'une des nombreuses denrées alimentaires locales de l'assortiment Volg sur lesquelles nous misons par attachement au site de production suisse et par conviction. Découvrez l'histoire et les caractéristiques du Bärli-Biber à la rubrique «Typiquement suisse - Typiquement Volg». Je vous souhaite beaucoup de plaisir à la lecture de cette édition.



frais et sympa

Philipp Zraggen
Philipp Zraggen
Président de la direction

- 4 GARDE-MANGER**
Hits du mois et conseils de saison
- 8 NOS RECETTES**
Légumes d'été
- 19 LE MARIAGE DU MOIS**
Fromage & vin du mois
- 21 ACTIONS VIN**
Profitez-en
- 22 NOTRE FAVORI**
Pains de caractère Hiestand
fabriqués avec de la farine IP-Suisse
- 24 NOS RECETTES**
Desserts suisses
- 32 TYPIQUEMENT SUISSE -
TYPIQUEMENT VOLG**
Le Bärli-Biber appenzellois
de Weissbad AI
- 35 NOTRE MARQUE**
Capsules à café Volg
- 37 L'ABC DE VOLG**
Gros plan sur le vin
- 38 NOTRE ENVIRONNEMENT**
«Délices du village»:
proche et durable
- 41 NOTRE FAVORI**
Une bière artisanale:
Quöllfrisch blonde
- 42 LA RECETTE DES LECTEURS**
Pizza bianca
- 45 CONCOURS**
Gagner avec Hilcona
- 46 EN VRAC**
L'actu chez Volg
Impressum

LA MAIN VERTE

Taille des rosiers

Reine parmi les fleurs, la rose sera encore resplendissante à l'automne si l'on prend soin de supprimer les fleurs fanées en août. Il suffit de couper au sécateur au-dessus d'une feuille à cinq folioles pour que la tige puisse encore fleurir. Ne pas oublier de fertiliser le rosier une dernière fois avant l'hiver, au plus tard en août. Cet apport lui donnera des forces pour affronter la saison froide et les tiges auront le temps de durcir avant l'arrivée de l'hiver. L'idéal est de choisir un engrais riche en potassium et peu azoté, car l'azote stimule surtout la croissance au détriment de la floraison.

LA CITATION

«La vie est trop courte.
Commencez par le dessert.»

Barbara Streisand, actrice

SAISON DES GLACES

IDÉE COOL

Boules toutes simples, coupes alléchantes, cafés frappés ou glacés - la glace est l'incontournable de l'été! C'est la solution idéale pour proposer des douceurs rafraîchissantes en un rien de temps. Alors la priorité est de faire des réserves au congélateur, et vite! Pour cela, les bacs de glace refermables et empilables de la marque Volg s'avèrent très pratiques. D'une contenance de 950 millilitres, ils existent dans des parfums que tout le monde aime: vanille bourbon, fraise, caramel et chocolat. Et voici une idée «cool» qui pourrait bien devenir le dessert préféré de toute la famille: des baisers glacés! La recette est à retrouver sur volg.ch/recettes.

LE CHIFFRE

16

kilomètres: la distance la plus longue à parcourir - où que l'on se trouve en Suisse - pour rejoindre l'un des 1500 lacs du pays.



LES HITS DU MOIS D'AOÛT

Steak à l'ail et poulet mariné

Qu'est-ce qui sent si bon? Le steak de filet de porc avec sa fine marinade à l'ail, pardi! À ses côtés, on entend grésiller un tendre blanc de poulet mariné aux épices. Sur le gril comme à la poêle, ces deux spécialités de viande suisse se préparent en un tournemain. Une salade croquante, quelques pommes de terre ou légumes grillés au four, et le repas est déjà prêt. À table!



CONSEILS POUR RECEVOIR

COUP D'ENVOI DES FÊTES DE L'ÉTÉ

Après ce printemps pluvieux, pas question de laisser passer une occasion de faire la fête. Sans pour autant nuire à la spontanéité de ces moments partagés, l'organisation est primordiale pour que les hôtes puissent eux aussi se détendre.

On remplira une bassine métallique (chinée en brocante) de glace pour garder les bières, la limonade et le vin blanc au frais. On pensera à accrocher un ouvre-bouteille à la bassine. Juste à côté, on aménagera une station de déchets pour les emballages vides. Et pourquoi ne pas installer un bar avec des boissons, des sirops et des fruits pour que les convives puissent faire leurs propres cocktails? Sans oublier des étiquettes et des stylos pour que tout le monde puisse marquer son verre. Côté divertissement, des jeux comme la pétanque, le chamboule-tout et les fléchettes animeront le jardin. Enfin, le soir, des torches et des bougies placées dans des verres éclaireront le chemin tout en créant une belle atmosphère.

ÉDITION LIMITÉE

CULTISSIMES

Deux héros de la nation sont de retour chez Volg. Beaucoup se souviennent des biscuits militaires et du chocolat de bivouac qu'ils transportaient dans leur sac à dos pendant leur service militaire. Maintenant, on les met dans le sac de courses! Car ces en-cas qui rassasient et se conservent longtemps donnent aussi des forces pour les marches qui ne se font pas au pas, comme les randonnées en famille. À la maison, on peut s'en servir pour réaliser de délicieux desserts de saison à base de pruneaux, comme le cake biscuité au chocolat blanc et garniture aux pruneaux, ou encore le biscuit aux pruneaux et au chocolat. Des recettes à retrouver sur volg.ch/recettes.

Military Biscuit*, 100 g, Fr. 2.65 / **Chocolat de bivouac lait***, 3 x 50 g, Fr. 3.95

* jusqu'à épuisement des stocks





Herbes^{*}
Sauvages
150g

2.55
au lieu de 3.45

Ail & fines
herbes
150g

2.55
au lieu de 3.45



L'Apéritif^{*}
Provence
100g

3.60
au lieu de 4.85



L'INTENSITÉ ET LE PLAISIR DE TARTARE

À PETIT PRIX DU 06.08 AU 11.08.2024

TARTARE[®]

* éventuellement pas disponible dans
les petits points de vente

GARDE-MANGER



Orage
d'août,
grosses
grappes
et bon
moût.

Dicton météorologique

BASILIC

RIEN À JETER

Bien sûr, on peut toujours faire du pesto. Mais quand on a trop de basilic, on peut aussi le congeler. Mixé avec un peu d'huile dans des bacs à glaçons ou finement ciselé dans des récipients adéquats, le basilic se conserve plusieurs mois au congélateur. Pour garder les feuilles entières, on les congèle en les juxtaposant sur une plaque avant de les mettre en sachet. Cela évite qu'elles ne se collent entre elles. Le basilic congelé pourra servir à aromatiser les sauces, soupes et potées.



CONCOURS EN PAGE 45

Crémeuse et classique



Bien onctueuse avec de la mayonnaise ou plus sobre avec du bouillon, du vinaigre et de l'huile: question salade de pommes de terre, chacun à ses préférences. En tout cas, c'est la salade idéale pour accompagner les saucisses et les viandes grillées au barbecue. Mais elle séduit également en solo dans l'assiette. La salade de pommes de terre Hilcona est élaborée à partir de patates à chair farineuse, provenant pour la plupart de Suisse et du Liechtenstein, coupées en fines tranches et agrémentées d'une sauce mayonnaise et de ciboulette. On l'apprécie tout particulièrement quand on souhaite gagner du temps et la savourer en toute simplicité. Pour le midi ou sur la route: ce grand classique de la cuisine suisse permet de se rassasier en se faisant plaisir.

Annonce

Artisanat du Valais.

VALAISANNE
Lager

La bière avec le Nez Noir

Éventuellement pas disponible dans les petits points de vente.

AUX COULEURS DE L'ÉTÉ



LES LÉGUMES D'ÉTÉ

C'est la pleine saison des poivrons, des courgettes, des concombres et des tomates et ils sont si savoureux!



TARTE TATIN SUISE

La cuisson au four permet de caraméliser légèrement les tomates cerises.
Recette page 17.

Retrouvez
toutes les
recettes sur
[www.volg.ch/
recettes](http://www.volg.ch/recettes)

Vert comme les courgettes et les concombres, rouge comme les tomates, jaune comme un poivron ou violet comme l'aubergine. Les légumes d'été mûris au soleil apportent de la couleur et beaucoup de saveurs à nos plats.

THOMY®

RAVIVE LA FLAMME AVEC NOS DÉLICIEUSES SAUCES !

Disponible dès maintenant



*éventuellement pas disponible dans les petits points de vente

MOUSSAKA AUX COURGETTES ET À LA MENTHE

POUR 4 personnes

PRÉPARATION env. 40 minutes

CUISSON env. 1 heure

CUISSON AU FOUR env. 30 minutes

Plat à gratin d'env. 2 litres

huile pour le plat

- 1 cs d'huile d'olive (1)
- 350 g de viande de bœuf hachée
- sel
- 1 cs de concentré de tomate
- 1 cs d'huile d'olive (2)
- 1 oignon, haché finement
- 2 gousses d'ail, pressées
- 1,5 dl de vin rouge
- 3 dl de bouillon de bœuf
- 2,5 dl de passata
- 1 feuille de laurier
- sel, poivre
- 100 g de fromage râpé (1)
- ½ bouquet de menthe ou de persil, quelques feuilles réservées pour décorer, le reste haché finement
- sel, poivre
- 600 g de pommes de terre à chair ferme, en tranches d'env. 3 mm
- 2 courgettes, en tranches
- 1 dl de crème entière
- 20 g de fromage râpé (2)

1. Faire chauffer l'huile d'olive (1) dans une poêle, saler la viande, la saisir sur feu vif par portions, ajouter le concentré de tomate, poursuivre la cuisson env. 5 minutes, retirer, réserver. Faire chauffer l'huile d'olive (2) dans la même poêle, y faire revenir les oignons et l'ail env. 5 minutes. Remettre la viande dans la poêle, faire revenir env. 1 minute, déglacer au vin rouge. Ajouter le bouillon de bœuf, la passata et la feuille de laurier, assaisonner, couvrir et laisser mijoter sur feu moyen env. 1 heure. Augmenter le feu, laisser mijoter la sauce à découvert pendant 5-10 minutes, incorporer le fromage râpé (1) et les herbes, assaisonner.
2. Faire cuire les pommes de terre dans de l'eau salée bouillante env. 10 minutes, égoutter.
3. Disposer les courgettes et les pommes de terre en alternance avec la viande dans le plat préparé, terminer par les courgettes. Verser la crème entière sur les légumes, parsemer de fromage râpé (2).
4. Cuisson au four: cuire env. 30 minutes dans le four préchauffé à 200 °C (chaleur tournante/air pulsé), retirer du four, laisser refroidir env. 10 minutes, décorer.

NOS CONSEILS

- La version grecque de la moussaka aux pommes de terre est traditionnellement préparée avec des aubergines à la place des courgettes.
- La menthe apporte de la fraîcheur à cette variante.



«Une saveur en or!»





SALADE DE COURGETTES ET DE PETITS POIS

POUR 4 personnes en accompagnement ou en entrée

PRÉPARATION env. 25 minutes

LA SAUCE

½ citron, rincé à l'eau chaude, essuyé, le zeste râpé et le jus
 1 cc de moutarde
 1 cc de miel liquide
 ½ bouquet de menthe ou de persil, quelques feuilles réservées pour décorer, le reste haché finement
 5 cs d'huile de tournesol
 3 cs de vinaigre balsamique blanc
 sel, poivre

LA SALADE

200 g de petits pois surgelés
 500 g de courgettes, coupées en fines lanières à l'économie
 100 g de feta, émietée

1. Sauce: mélanger le zeste et le jus de citron avec la moutarde, le miel et les herbes. Incorporer l'huile de tournesol et le vinaigre, assaisonner.

2. Salade: faire mijoter les petits pois dans de l'eau bouillante env. 3 minutes, égoutter, rafraîchir dans de l'eau glacée, bien égoutter.

3. Dresser les petits pois avec les courgettes dans des assiettes, répartir la feta dessus, arroser de sauce, décorer.

NOS CONSEILS

- Servir le reste de feta en morceaux en accompagnement.
- Servir avec des côtes de porc cuites à la poêle ou au barbecue.

PAIN FARCI AUX LÉGUMES

POUR 10-12 parts

PRÉPARATION env. 25 minutes

LEVAGE env. 1 heure

CUISSON AU FOUR env. 25 minutes

Papier cuisson pour la plaque

LA PÂTE

300 g de farine
 1 cc de sel
 ¼ de cube de levure fraîche
 2 dl d'eau
 1 cs d'huile d'olive

LA FARCE

2 cs d'huile d'olive (1)
 1 tige de poireau, coupée en deux, en demi-rondelles
 1 poivron rouge ou jaune, en lanières
 150 g de courgette, coupée en deux, en demi-tranches
 135 g de pesto alla genovese
 1 boule de mozzarella de 150 g, effilochée
 2 cs de pignons de pin, grillés
 1 cs d'huile d'olive (2)

1. Pâte: mélanger la farine et le sel, former un puits. Dissoudre la levure dans l'eau, verser dans la fontaine avec l'huile. Pétrir jusqu'à obtention d'une pâte souple. Laisser doubler de volume à couvert et à température ambiante env. 1 heure.

2. Farce: chauffer l'huile d'olive (1), faire revenir le poireau, les poivrons et les courgettes env. 5 minutes, assaisonner, laisser refroidir.

3. Abaisser la pâte en rectangle (25×40 cm) sur un peu de farine, la badigeonner de pesto en laissant un bord libre d'env. 2 cm. Répartir les légumes, la mozzarella et les pignons de pin dessus. Rabattre le bord sur la farce, enrouler et presser. Poser le rouleau sur la plaque préparée, former une demi-lune, badigeonner d'huile (2) et faire 3-4 entailles.

4. Cuire env. 25 minutes dans le four préchauffé à 200 °C (chaleur tournante/air pulsé). Laisser tiédir sur une grille. Déguster tiède ou froid.



A photograph of two young women leaning on a green park bench. The woman on the left is wearing a light pink long-sleeved top and light grey trousers, with a small green bag slung over her shoulder. The woman on the right is wearing a lime green long-sleeved top and light blue trousers. They are both looking towards the camera with slight smiles. The background shows a scenic view of a town built on a hillside overlooking a large body of water under a cloudy sky. The text 'Ici, c'est nous.' is overlaid in a blue box with yellow text.

**Ici,
c'est
nous.**

**Là où un banc suffit
pour faire la fête.**

Volg
frais et sympa



GRATIN DE RIZ À L'ITALIENNE AUX AUBERGINES

POUR 4 personnes
PRÉPARATION env. 30 minutes
CUISON AU FOUR env. 20 minutes
1 moule à savarin de 28 cm Ø ou
1 moule à cake de 28 cm de long

huile pour le moule

300 g de riz pour risotto
1 cs d'huile d'olive
1 oignon, ciselé
2 aubergines,
 1 en petits dés,
 1 en tranches dans la longueur d'env. 5 mm
3 cs de concentré de tomate
1,5 dl d'eau
sel, poivre
200 g de fromage suisse doux à pâte dure,
 p. ex. Appenzellerin Elegant ou gruyère doux, râpé grossièrement
½ bouquet de persil,
 haché finement
sel
huile pour la cuisson

1. Cuire le riz dans de l'eau salée bouillante env. 18-20 minutes, l'égoutter et le laisser refroidir dans un saladier.
2. Faire chauffer l'huile d'olive dans la même casserole, y faire revenir les oignons env. 5 minutes, ajouter les dés d'aubergine et faire revenir env. 5 minutes.
3. Ajouter le concentré de tomate et l'eau aux légumes, assaisonner, laisser mijoter env. 2 minutes. Incorporer au riz avec le fromage et le persil.
4. Saler les tranches d'aubergine, les faire cuire par portions dans l'huile chaude env. 2 minutes de chaque côté.
5. Garnir le moule préparé avec les aubergines, y répartir le riz, bien presser.
6. Cuire env. 20 minutes au four préchauffé à 200 °C (chaleur tournante/air pulsé). Retirer et laisser tiédir env. 10 minutes.

GÂTEAU AUX COURGETTES SUCRÉ

POUR 10-12 parts
PRÉPARATION env. 20 minutes
CUISON AU FOUR env. 45 minutes
Moule à charnière d'env. 20 cm Ø

beurre et farine pour le moule

75 g de farine
1 p. de couteau de sel
1 cc de poudre à lever
1 citron,
 rincé à l'eau chaude,
 le zeste râpé
1 sachet de sucre vanillé
100 g de sucre (1)
0,5 dl de lait
1 œuf, battu
50 g de beurre, fondu
200 g de courgettes,
 en fines tranches
1 cs d'huile d'olive
1 cs de sucre (2)

1. Mélanger dans un saladier la farine et tous les ingrédients, sucre (1) compris. Mélanger le lait, l'œuf et le beurre, puis incorporer à la pâte en remuant constamment au fouet jusqu'à l'obtention d'une masse homogène. Incorporer les courgettes.
2. Verser la masse dans le moule préparé, arroser d'huile d'olive.
3. Cuire env. 40 minutes au four préchauffé à 160 °C (chaleur tournante/air pulsé). Retirer, laisser tiédir un peu, démouler. Saupoudrer de sucre (2). Servir chaud ou froid.

NOTRE CONSEIL

Le gâteau aux courgettes est une spécialité de Viareggio, en Toscane. La *scarpaccia di zucchine*, qui ressemble à une tarte fine, est disponible en version sucrée (*dolce*) ou salée avec des oignons et du fromage.



Frais, croquant et plein de goût

Nos salades sont le choix idéal
pour les jours de grande chaleur.
En action dans votre Volg du 30
juillet au 4 août 2024




eisberg

www.eisberg.ch



SOUPE FROIDE DE POIVRONS ET CRUMBLE AU LARD

POUR 4 personnes en entrée
PRÉPARATION env. 30 minutes
TEMPS DE REPOS env. 1 heure

- 1 cs d'huile d'olive (1)**
- 5 poivrons rouges**, en morceaux
- 2 gousses d'ail**, pressées
- 200 g de tomates**, en morceaux
- 200 g de pain blanc de la veille**, en dés
- 1 concombre**, pelé, quelques dés réservés pour décorer, le reste en morceaux
- ½ bouquet de basilic ou de persil**, quelques feuilles réservées pour décorer
- 4 dl de bouillon de légumes**
- 0,5 dl de vin blanc ou de vinaigre de pomme**
- sel, poivre**
- 90 g de lardons**
- 2 cs de crème fraîche**
- 1 cs d'huile d'olive (2)**

- 1.** Chauffer l'huile d'olive (1) dans une casserole à bord hauts en inox, ajouter les poivrons, faire revenir env. 5 minutes, ajouter l'ail, faire revenir env. 1 minute. Ajouter les tomates, laisser mijoter env. 15 minutes, laisser refroidir.
- 2.** Mélanger la masse de poivrons et de tomates avec le pain, le concombre et le basilic. Ajouter le bouillon de légumes, mixer.

Ajouter le vinaigre de vin blanc, assaisonner, laisser reposer env. 1 heure au réfrigérateur.

3. Faire revenir les lardons dans une poêle env. 5 minutes.

4. Verser la soupe dans des bols, garnir de crème fraîche. Décorer avec les lardons, le basilic et les dés de concombre réservés. Arroser d'huile d'olive (2).

NOTRE CONSEIL

Pour une variante végétarienne, remplacer le lard par du tofu. Pour cela, couper 100 g de tofu en petits dés, mélanger avec 3 cs de sauce soja, poivrer, faire dorer dans de l'huile d'olive chaude env. 5 minutes.



TARTE TATIN SUISSE

POUR 4 personnes
PRÉPARATION env. 15 minutes
CUISSON AU FOUR env. 25 minutes
1 plaque à gâteau ronde d'env. 26 cm Ø

- 1 cs d'huile d'olive (1)**
- 3 cs de sucre**
- 700 g de tomates cerises rouges**
- 2 cs de vinaigre balsamique blanc**
- 2 gousses d'ail**, en tranches
- 1 cc d'origan séché**
- sel, poivre**
- 1 abaisse de pâte feuilletée ronde de 230 g**
- 1 boule de burrata de 125 g**
- 1 cs d'huile d'olive (2)**

- 1.** Graisser la plaque avec l'huile d'olive (1), répartir le sucre sur le fond de la plaque. Poser les tomates dessus, arroser de vinaigre. Saupoudrer d'ail et d'origan, assaisonner. Poser la pâte feuilletée dessus, presser un peu sur les bords, enrouler légèrement. Piquer plusieurs fois la pâte avec une fourchette.
- 2.** Cuire env. 25 minutes dans le four préchauffé à 230 °C (chaleur tournante/air pulsé). Retirer, laisser refroidir un peu.
- 3.** Égoutter délicatement le liquide qui s'est formé. Renverser la tarte sur une assiette ou sur un plat.
- 4.** Déposer la burrata sur la tarte, l'inciser en forme de croix, écarter délicatement les extrémités obtenues, couper les pointes ouvertes en ligne droite avec des ciseaux. Arroser d'huile d'olive (2).

NOS CONSEILS

- La burrata ressemble à la mozzarella, mais son cœur est plus crémeux.
- La tarte peut également être dressée avec de la mozzarella ou des miniboules de mozzarella.
- Couper en plus petits morceaux et servir à l'apéritif.

POUR LES JOURNÉES CHARGÉES COMME LES MOMENTS DE DÉTENTE.

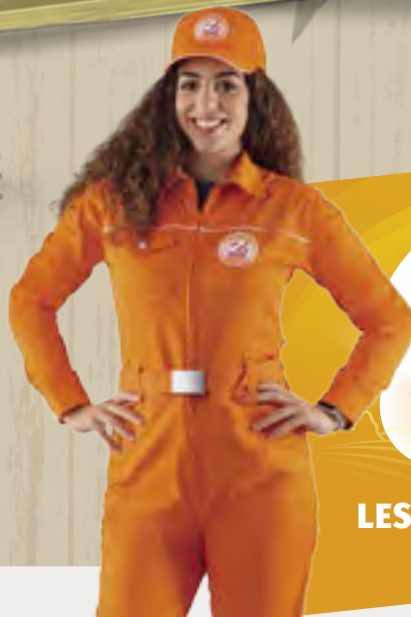
NON
FRITS

* Probablement pas disponible dans les petits points de vente.

NOUVEAU
LES GAUFRES VAYA



- COMME DES GALETTES DE RIZ,
LE GOÛT EN PLUS
- EXTRA FINES
- RICHES EN FIBRES



LES SNACKS PAR PASSION

Fromage & vin

**PARMIGIANO REGGIANO DOP
FROMAGE ITALIEN À PÂTE DURE**

Un duo tout en souplesse

Le Parmigiano Reggiano à pâte extradure est le nec plus ultra! Il porte l'appellation d'origine contrôlée DOP et ne peut être produit que dans quelques provinces de l'Italie centrale. Après 24 mois d'affinage, il prend une saveur épicée, noisettée et légèrement sucrée. On l'apprécie râpé sur les pâtes et les gratins, en cubes à l'apéritif, ou tout simplement sur un plateau de fromages – accompagné d'un verre de vin. Il brillera en duo avec le G Cuvée Prestige, un vin souple aux arômes de petits fruits, de cerise et de vanille issu des cépages pinot noir, dornfelder et cabernet dorsa.

**G CUVÉE PRESTIGE,
SUISSE, 75 CL**

G Cuvée Prestige,
Suisse, 75 cl

-20% **11.90**
au lieu de 14.90

**Parmigiano Reggiano
DOP, Italie**

La portion de 240 g,
les 100 g
au lieu de Fr. 3.75

Fr. 2.95

VIN
DU
MOIS

FROMAGE
DU MOIS





POUR FINS GOURMETS.

**Tout juste sortie du four à pierre –
comme faite à la main.**

**Des ingrédients frais, un fond fin
et une bordure croustillante.**



À savourer maintenant!

Peut-être pas disponible dans les petits points de vente.

PROMOTIONS ACTUELLES!



+ Humagne Rouge AOC Valais
Suisse, 2022, 75 cl **
☞ Humagne rouge ☞ Rouge rubis ☞ Fruit, belles notes épicées
🌡 14-16°C ☞ Fromage à pâte dure, viande grillée

-20% **12.30**
au lieu de 15.50

Petite Arvine AOC Valais **+ Suisse, 2022, 75 cl, 17,25 points***

☞ Petite arvine ☞ Jaune clair ☞ Vif, arômes d'agrumes
🌡 8-10°C ☞ Apéritif, poisson, fromage

-20% **15.90**
au lieu de 19.90



VIN
DU
MOIS



+ G Cuvée Prestige
Suisse, 2022, 75 cl, 17,25 points*

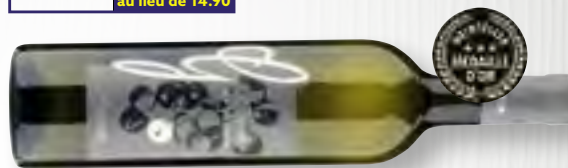
☞ Pinot noir, dornfelder, cabernet dorsa ☞ Rouge rubis ☞ Belles notes de cerise, souple 🌡 14-16°C ☞ Grillades, spécialités grisonnes

-20% **11.90**
au lieu de 14.90

G Cuvée de Blancs Prestige **+ Suisse, 2022, 75 cl, 17 points***

☞ Chasselas, chardonnay, riesling-silvaner ☞ Jaune d'or clair
☞ Pomme, citron, pêche, harmonieux 🌡 8-10°C ☞ Apéritif

-20% **10.90**
au lieu de 13.90



Stella d'Argento Primitivo di Manduria DOC
Italie, 2021, 75 cl, 18 points*

☞ Primitivo ☞ Rouge rubis intense aux reflets violets ☞ Fruité, finale longue 🌡 16-18°C ☞ Viande de bœuf grillée, fromage à pâte dure

-20% **15.50**
au lieu de 19.50

Zeni Valpolicella Ripasso DOC Superiore
Italie, 2021, 75 cl *

☞ Corvina, rondinella ☞ Rouge rubis ☞ Fruits rouges mûrs, palais ample
🌡 17-19°C ☞ Viande rouge grillée, lasagnes, pâtes, fromage à pâte dure

-21% **12.90**
au lieu de 16.50



Marqués de Riscal Rioja DOCa Reserva
Espagne, 2019, 75 cl, 17,75 points*

☞ Tempranillo, graciano ☞ Rouge grenat
☞ Diverses notes de fruits mûrs, d'épices
🌡 16-18°C ☞ Plats de viande, fromage

-21% **17.90**
au lieu de 22.90

Marqués de Riscal Rueda DO
Espagne, 2022, 75 cl, 16,75 points*

☞ Verdejo ☞ Jaune citron clair aux reflets verts ☞ Floral, fruité, rafraîchissant 🌡 8-10°C ☞ Poissons, plats froids

-20% **10.30**
au lieu de 12.95



Mirada Moscato Valencia DO
Espagne, 2023, 75 cl

☞ Moscato ☞ Jaune clair ☞ Frais et fruité, moelleux, pétillant 🌡 8-10°C ☞ Apéritif, viande rôtie ou grillée

-20% **7.70**
au lieu de 9.70



Action valable
du 29.7.2024 au
24.8.2024
jusqu'à épuisement
des stocks
sous réserve de
changement de
millésime

Commandez
ces vins par
carton de 6 dans
votre Volg.

* Ces points ont été attribués dans le guide des vins Weinseller de Chandra Kurt. Les vins Volg obtenant 17 points ou plus se voient décerner la Médaille d'Or Weinseller. ** Disponible au niveau régional ou sur commande.



PAIN TESSINOIS

Il n'y a pas qu'au Tessin qu'on l'aime! Son principal avantage: sa forme unique qui permet de le rompre facilement en morceaux. Toute la famille apprécie sa croûte dorée et sa mie divinement moelleuse.



PAIN TOUPIE CLAIR* ET FONCÉ FOUR À PIERRE

Ce pain torsadé est le fruit de longues expérimentations. Recette, temps de repos, de cuisson et de refroidissement – tout est parfaitement au point. Pour un résultat croustillant, doux et plein d'arôme.

BOULANGERIE HIESTAND

En bonne forme

Les pains de caractère frais du four de la boulangerie Hiestand sont issus de céréales cultivées durablement en Suisse et font partie intégrante des magasins Volg. Voilà 30 ans qu'ils sont préparés à partir de farine IP Suisse.

* Peut ne pas être disponible dans les petits points de vente.



COURONNE CROUSTILLANTE

Cette couronne figure tout en haut de la liste des chouchous des clients de Volg. Avec ses six petits pains clairs, elle est idéale à partager – pour un barbecue ou au souper avec de la charcuterie ou du fromage.



PAIN ET PETITS PAINS AU PUREPEAUTRE*

Ce pain équilibré cuit au four à bois et ces petits pains riches cuits au four à pierre sont produits à partir de PurEpeautre suisse. Une céréale ancienne à la saveur noisetée qui séduit les plus gourmets.



30 ANS DE BONHEUR DURABLE

En 1994, la boulangerie Hiestand pétrit ses premiers pains avec de la farine IP-Suisse. Une date charnière pour la production durable de céréales en Suisse! Avec 100 000 francs d'aide initiale, Hiestand est la première boulangerie à s'engager auprès des quelque 18 500 agricultrices et agriculteurs IP-Suisse en soutenant leur vision d'une agriculture écologiquement et économiquement équilibrée.

LES PAINS DE CARACTÈRE

Les pains de caractère frais du four Hiestand arborent la coccinelle d'IP-Suisse et sont très prisés chez Volg. Ils sont composés du «levain chef H67» et d'ingrédients locaux de haute qualité. Ils sont façonnés par des mains habiles et le maître boulanger laisse beaucoup de temps à la pâte pour lever. Le résultat: un pain à la croûte dorée et à la saveur incomparable.

Hiestand®⁺

FRAIS DU FOUR – NOTRE METIER

DOUCEURS SUISSES

Outre les plats nationaux copieux tels que les röstis et la raclette, de nombreux desserts et pâtisseries régionaux caractérisent notre pays. À l'occasion de la fête nationale, voici un petit voyage culinaire à travers quelques cantons.



TRIOLOGIE SÉDUCTRICE

Nidelzeltli d'Appenzell (page 31),
meringue de Berne (page 29)
et pavés bâlois au chocolat (page 31).



Retrouvez
toutes les
recettes sur
[www.volg.ch/
recettes](http://www.volg.ch/recettes)

CRÈME AU JUS DE POMME DE THURGOVIE

POUR 4 personnes

PRÉPARATION env. 20 minutes

MISE AU FRAIS env. 1 heure

LA CRÈME

- 2 cs de fécule,**
p. ex. maïzena
- 5 dl de jus de pomme**
- 3 œufs**
- 2-3 cs de sucre**
- un peu de cannelle moulue**
- 1,5 dl de crème entière,**
fouettée

LA GARNITURE

- 50 g de bâtonnets aux
noisettes, émiétés**
- un peu de cannelle moulue**
- 8 rondelles de pomme
séchée**

1. Crème: délayer la fécule dans le jus de pomme dans une casserole, bien incorporer les œufs. Ajouter le sucre et la cannelle. Porter à ébullition en remuant constamment avec un fouet, verser immédiatement dans un récipient à travers une passoire, laisser refroidir. Couvrir la crème et la mettre au frais 1 heure. Incorporer

délicatement la crème fouettée et répartir dans quatre verres.

2. Garniture: déposer des miettes de bâtonnets aux noisettes sur la crème au jus de pomme, saupoudrer de cannelle et décorer de rondelles de pomme séchée.

NOTRE CONSEIL

La Thurgovie est connue pour être le canton de la pomme en Suisse et est la patrie de nombreuses cidreries. Le jus et les pommes caractérisent également sa cuisine, comme dans ce dessert thurgovien célèbre, la crème au jus de pomme.



extrême

**25%
D'ACTION**
du 5.8 – 11.8.2024

NEW *



* peut-être pas disponible dans les petits points de vente



NEW

Nuïi

ICE CREAM ADVENTURE™

CHOOSE YOUR NEXT
ADVENTURE

NEW *



* peut-être pas disponible dans les petits points de vente

GÂTEAU AU VIN À LA VAUDOISE

POUR env. 12 parts

PRÉPARATION env. 30 minutes

MISE AU FRAIS env. 30 minutes

CUISSON AU FOUR env. 20 minutes

1 plaque à gâteau de 30 cm Ø

beurre et chapelure pour la plaque

LA PÂTE

200 g de farine
 1 sachet de levure sèche, env. 7 g
 1 pincée de sel
 2 pincées de sucre
 80 g de beurre, froid, en morceaux
 env. 0,6 dl de lait

LA GARNITURE

150 g de sucre
 1 ½ cc de cannelle moulue
 1 cs de farine
 1 dl de vin blanc
 20 g de beurre, froid, en petits morceaux

1. Pâte: mélanger la farine, la levure, le sel et le sucre, ajouter le beurre, sabler pour obtenir une masse grumeleuse, former un puits, y verser le lait. Rassembler en une pâte, sans pétrir. Aplatir, envelopper dans du film alimentaire et laisser reposer 30 minutes au frais. Abaisser la pâte en rond sur 3 mm d'épaisseur sur un peu de farine. Disposer dans la plaque préparée, piquer le fond de pâte avec une fourchette. Réserver au frais en attendant de l'utiliser.
2. Garniture: mélanger le sucre, la cannelle et la farine, répartir sur le fond de pâte. Verser le vin, répartir le beurre dessus.
3. Cuire env. 20 minutes dans la moitié inférieure du four préchauffé à 220°C (chaleur voûte et sole).

NOS CONSEILS

- Utiliser une pâte à gâteau ronde ou une pâte brisée prête à l'emploi.
- Le gâteau au vin à la vaudoise est une spécialité essentiellement ménagère servant à utiliser les restes de bouteilles de vin entamées.



Cailler



A QUI ALLEZ-VOUS FAIRE PLAISIR AUJOURD'HUI?



Dans de plus petits points de ventes éventuellement pas disponible.



MERINGUE BERNOISE

POUR env. 10 pièces

PRÉPARATION env. 15 minutes

CUISSON AU FOUR env. 2 heures

Papier cuisson pour la plaque

Poche à dresser à douille dentelée d'env. 10 mm Ø

LA MERINGUE

3 blancs d'œufs
1 pincée de sel
150 g de sucre
½ cc de fécule,
 p.ex. maïzena

LA GARNITURE

2 dl de crème entière,
 fouettée
200 g de framboises fraîches
0,5 dl de sirop de fleurs de sureau

- 1.** Batta les blancs d'œufs avec le sel en mousse au fouet électrique. Ajouter lentement le sucre et continuer à battre à la vitesse maximale pendant 6-8 minutes. Tamiser la fécule par-dessus et continuer à battre brièvement. Verser la masse dans la poche à douille.
- 2.** Dresser des meringues d'env. 10 cm de long sur la plaque préparée.
- 3.** Cuire 2 heures au milieu du four préchauffé à 100 °C (chaleur voûte et sole). Retirer et laisser refroidir complètement sur une grille.
- 4.** Garniture: avant de servir, disposer 1 ou 2 meringues avec de la crème fouettée et des framboises sur chaque assiette, arroser de sirop de fleurs de sureau et servir aussitôt.

NOS CONSEILS

- Le récipient et le fouet doivent être absolument exempts de graisse.
- Les œufs les plus adaptés sont ceux qui ont 2 semaines à partir de la date de ponte et qui sont à température ambiante.
- Travailler rapidement la masse, sinon elle s'affaisse.
- Conserver le reste des meringues au sec et au frais.
- De nombreuses histoires existent autour de la meringue. L'une d'entre elles raconte qu'elle fut inventée dans le village bernois de Meiringen et que ce dernier lui aurait donné son nom. Aujourd'hui encore, la meringue est très populaire dans cette région, tout comme dans l'Emmental, et dans les cantons de Vaud et de Fribourg.



CAFFÈ
**CHICCO
DORO**

Les OVNIS
n'existent
peut-être pas,
mais le café
Bio Fairtraide
lui si!



CH-BIO-006
Agricultura non UE



* pourrait ne pas être disponible dans tous les magasins

GRANDE SINFONIA

Les raisins pour le Grande Sinfonia sont légèrement séchés sur la vigne selon la méthode de l'appassimento, puis vendangés à la main. Il en résulte une symphonie fruitée, riche en arômes et en saveurs.

Se marie parfaitement avec les grillades, la viande de bœuf, le brasato avec polenta, les pizzas, lasagnes et fromages affinés à pâte dure.



PAVÉS BÂLOIS AU CHOCOLAT

POUR env. 16 pièces

PRÉPARATION env. 20 minutes

CUISSON AU FOUR env. 28 minutes

1 moule à brownies de 24 x 24 cm

Papier cuisson pour le moule

- 300 g** de chocolat suisse, p. ex. chocolat de ménage Volg, haché grossièrement
- 120 g** de beurre
- 100 g** de sucre
- 4** œufs
- 1 pincée** de sel
- 120 g** de farine blanche
- ½ cc** de poudre à lever
- 1 cs** de sucre glace

1. Faire fondre le chocolat et le beurre au bain-marie légèrement frémissant, laisser tiédir.
2. Mélanger le sucre, les œufs et le sel au batteur électrique jusqu'à ce que le mélange devienne clair et mousseux et double de volume.

Incorporer le chocolat fondu et le beurre à la masse aux œufs.

3. Mélanger la farine et la poudre à lever, verser sur la masse et incorporer délicatement. Verser la pâte dans le moule à brownies préparé.

4. Cuire 25-28 minutes dans la moitié inférieure du four préchauffé à 180 °C (chaleur voûte et sole). Retirer, laisser refroidir dans le moule. Démouler, saupoudrer de sucre glace, couper en carrés de 5 cm.

NOS CONSEILS

- Les pavés au chocolat se conservent 3-4 jours dans du film alimentaire au frais et 2-3 mois au congélateur.
- Les pavés bâlois au chocolat ressemblent aux brownies américains, mais sont préparés sans noix et toujours avec du chocolat suisse.



NIDELZELTLI (CAREMELS) D'APPENZELL

POUR env. 40 pièces

PRÉPARATION env. 40 minutes

REFROIDISSEMENT env. 1 heure

SÉCHAGE pendant la nuit

Moule à cake d'env. 22 cm

Papier cuisson pour le moule

- 100 g** de beurre
- 240 g** de sucre
- 1 dl** de crème entière

1. Mélanger le beurre et le sucre dans une grande casserole. Laisser mijoter sur feu doux ou moyen 15-30 minutes en remuant constamment, jusqu'à ce que le mélange devienne homogène et de couleur caramel. Retirer la casserole du feu, verser la crème entière et continuer de mélanger sur la plaque chaude jusqu'à obtention d'une masse épaisse.
2. Verser la masse dans le moule préparé, laisser tiédir 1 heure, démouler, couper en morceaux, faire sécher et durcir pendant la nuit sur du papier cuisson.

NOTRE CONSEIL

Les *Nidelzeltli* d'Appenzell sont traditionnellement durs. On les laisse fondre sur la langue, pour permettre au goût délicat du caramel et de la crème de se développer parfaitement.





Urs Bischofberger
dévoile quelques-uns
des secrets du Bärli-
Biber. Et notamment ce
que l'on peut découvrir
sur son motif, si l'on y
regarde de plus près.



« Les biberlis sont l'en-cas idéal en randonnée »

Depuis plus de soixante ans, la famille Bischofberger fabrique à Weissbad les Bärli-Biber appenzellois délicatement fourrés aux amandes. Urs Bischofberger revient sur la genèse de cette idée et explique pourquoi ce biscuit traditionnel est également apprécié des sportifs.

Monsieur Bischofberger, Bärli signifie «petit ours» en allemand. Que vient faire cet animal dans le nom de vos bibers?

L'ours est l'emblème du canton d'Appenzell. Et puis les ours adorent le miel, ce n'est donc pas anodin de les associer au biber. D'ailleurs, très peu de gens le savent, mais si on regarde notre logo de plus près, on voit que l'ours tient un biberli dans sa patte!

Il vous arrive souvent de croquer dans un biberli?

Presque tous les jours, pour le contrôle de la qualité. Évidemment, je ne goûte que par petites bouchées. Mais quand je pars faire de la randonnée ou du vélo, c'est autre chose: j'ai toujours au moins un Bärli-Biber dans mon sac.

On dit que les biberlis sont un en-cas idéal pour les sports d'endurance.

Pourquoi?

Si l'on examine la composition nutritionnelle d'un biber, on constate que la part de matière grasse est relativement faible. Par contre, l'apport en glucides est élevé – notamment en sucres rapides, qui pro-

viennent du miel. Et c'est l'idéal pour les sportifs, car ces sucres n'ont pas besoin d'être décomposés et fournissent une source immédiate d'énergie.

La forme est également très pratique.

En effet, le biberli passe pile-poil dans la poche arrière d'un maillot de cycliste. Il sera peut-être un peu écrasé, mais au moins il ne fond pas et ne s'émiette pas. Nous connaissons des alpinistes qui sont allés dans l'Himalaya. Ils nous ont dit que le chocolat devenait dur comme pierre avec le froid, mais que les biberlis restaient toujours parfaitement moelleux.

Comment se fait-il que les bibers soient si moelleux et le restent?

La spécificité de notre pâte à biberli réside dans le levain qu'elle contient et qui fermente pendant environ quatorze jours. La pâte est ensuite soigneusement pétrie avec le reste des ingrédients, dont des épices telles que cannelle, clou de girofle et anis. Au départ, elle est si liquide qu'elle doit lever toute la nuit, le temps que la farine absorbe l'humidité du miel et du sirop de

sucré. Le lendemain, on a une pâte que l'on peut travailler. Avec le fourrage à l'amande, on obtient un biberli particulièrement moelleux qui reste frais jusqu'à treize semaines.

À l'origine, votre père tenait une boulangerie classique. Pourquoi s'est-il spécialisé dans la production de biberlis?

Un jour, pendant qu'il était à l'école de recrues, il s'est rendu compte qu'il n'y avait rien à manger dans les restaurants l'après-midi. Alors il a ramené quelques biberlis d'une boulangerie. Lorsqu'il est revenu la semaine suivante, les bibers étaient déjà tous partis. Il s'est dit que ce succès local pouvait être transposé ailleurs.

Et aujourd'hui, on connaît les bibers et leurs motifs appenzellois dans toute la Suisse.

Les motifs issus de la peinture paysanne ont largement contribué à leur succès. En plus, nous varions les motifs en fonction de la saison. Notre père était un grand fan de peinture paysanne et il trouvait que ces images convenaient parfaitement au biber appenzellois.



bischofberger

BIBER DE WEISSBAD AI

En 1963, Josef Bischofberger, boulanger des Rhodés-Intérieures, décide de tout miser sur les bibers dans sa boulangerie de Weissbad. Depuis l'an 2000, l'entreprise familiale est dirigée par la quatrième génération, à savoir les fils Reto et Urs Bischofberger, ainsi que la femme de ce dernier, Andrea Bischofberger-Wyss. L'entreprise emploie environ 25 personnes. À l'automne 2024, elle ouvrira à Weissbad un nouveau magasin et un espace dédié à l'univers du Bärli-Biber. Certains magasins Volg proposent, outre le Bärli-Biber, également le biber blanc fourré aux noisettes et le pain aux poires mini de chez Bischofberger.



PLUS DE **75%**

du chiffre d'affaires alimentaire de Volg est réalisé avec des produits suisses. L'attachement à la Suisse, à ses productrices et producteurs a toujours été dans l'ADN de Volg. Nombre de produits viennent de petites et moyennes entreprises qui sont souvent des employeurs importants sur le plan local. En préservant ce lien avec la Suisse en tant que site de production, Volg contribue à maintenir des emplois dans le pays.



ültje, le snack avec le ü



Dès maintenant chez Volg

*Éventuellement non disponible dans les petits magasins.

www.uiltje.ch



NEW*

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich/éventuellement pas disponible dans les petits points de vente
Verantwortungsvoll konsumieren. À consommer avec modération. Consumare in modo responsabile.

BULL
WWW.BULLVODKA.CH

CAPSULES À CAFÉ VOLG

Une petite merveille

Pour prendre sa pause café tranquillement à la maison! Avec un café à la puissance calibrée selon les besoins du moment - et aussi court ou long qu'on le souhaite.

À LA MODE SUISSE

Avec 2,6 tasses par jour et par personne, la population norvégienne est la plus grande consommatrice de café. Pour les Suisses, la moyenne est à près de 2 tasses par jour. Au restaurant, il est souvent commandé sous le nom de «café crème». La plupart des Suisses romands et alémaniques dégustent leur premier café matinal à la maison. En revanche, les Tessinois se rendent plus volontiers dans un café ou un bar à expresso.

DEUX GRANDES VARIÉTÉS

Bien qu'il existe une centaine d'espèces de café, deux d'entre elles donnent le ton pour le contenu de la tasse: l'arabica et le robusta. L'arabica représente 70 pour cent de la production mondiale de café. Il est un peu plus fruité que le puissant robusta qui, du fait de sa teneur plus élevée en caféine, est souvent utilisé pour faire du café soluble ou du café pour expresso.

Plus court, plus corsé

Un expresso est deux fois plus court qu'un lungo - et donc plus corsé. L'Espresso Volg contient de l'arabica, mais aussi des fèves de type robusta, typiques des mélanges pour expresso.

Il se caractérise par une finale aux notes torréfiées, avec des arômes de chocolat noir et de noix.



Prolonge le plaisir

Le lungo arabica de la marque Volg existe en trois niveaux d'intensité. La force sous la crème: c'est le Lungo Forte, aux fins arômes de noix avec une pointe de caramel tendre. Le Lungo Crema et le Lungo Crema Bio séduisent les papilles avec leur goût fleuri et leurs belles notes de chocolat.

Encore plus de bon café

Chaque paquet de capsules à café Volg, disponibles en quatre variétés, contient désormais 20 capsules de café certifié Fairtrade Max Havelaar. Les capsules en aluminium sont recyclables et compatibles avec le système Nespresso.

Volg Lungo Crema Bio, Volg Lungo Forte, Volg Lungo Crema, Volg Espresso, 20 capsules par boîte





*peut-être indisponible dans les petits points de vente

Lotus
Biscoff

**LE KIT DE BASE
DU CHEESECAKE**



MAINTENANT DISPONIBLE CHEZ VOLG



Inspiration de recettes sur
www.lotusbiscoff.com

Gros plan sur le vin

Chaque magasin de village Volg abrite un espace vin à son image: un univers de finesse qui regorge de pépites. Sous le signe de la Suisse, de la qualité et de la modernité.



Boire le terroir

Côté vin, Volg porte haut les couleurs de la Suisse: environ une bouteille sur deux est produite par des vigneronnes suisses. C'est beaucoup – un record dans le commerce de détail. Nombre de ces vins sont également issus d'une production locale et proposés sous le label «Délices du village».



Oh, mon Amour!

Le vin le plus présent dans les corbeilles d'achat Volg est un valaisan pur souche: le fendant AOC Valais Blanc d'Amour. Pas étonnant que tout le monde l'aime! Il passe tout simplement partout: à l'apéritif en été, avec un plat de saucisses en automne, ou avec une fondue en hiver.

De l'or en bouteilles

Les vins Volg qui obtiennent 17 points ou plus dans le guide des vins *Weinseller* de Chandra Kurt arborent fièrement leur «Médaille d'Or». Sur les 67 vins dégustés, 50,7 pour cent ont remporté la distinction suprême! Environ la moitié des vins a en outre reçu une étoile pour son excellent rapport qualité-prix – c'est plus que chez aucun des autres détaillants évalués.



Scanner intelligent

Lorsque l'on a l'embaras du choix au rayon vins, il suffit de dégainer le «scanner à vin». Pratique, cette fonctionnalité de l'appli gratuite Volg nous apprend tout ce qu'on veut savoir sur un vin en scannant le code-barres sur la bouteille ou sur l'étagère.* Ce scanner est un fin connaisseur.

Commandes à récupérer

Quelle chance, le vin que l'on adore est disponible à prix réduit! C'est l'occasion de renflouer sa cave.

Sur volg.ch/fr/boutique-de-vins, on peut passer commande en toute simplicité parmi les actions du mois, par cartons de six bouteilles que l'on récupérera peu après dans le magasin Volg sélectionné.





Délices
du
village



EN BON VOISINAGE

**Du miel de l'apiculteur du coin aux œufs de la ferme d'à côté:
le label «Délices du village» coule de source. Il est synonyme de proximité,
favorise les circuits courts et soutient les producteurs locaux.**

Les vacances donnent envie de voyager à la découverte d'autres pays ou de régions de Suisse que l'on ne connaît pas encore. Avec ses paysages et sa gastronomie, la Suisse a beaucoup à offrir en matière de diversité. En entrant dans un magasin Volg, on découvre aussi des spécialités du village ou du village voisin. Des spécialités fabriquées localement, en petites quantités, avec beaucoup de créativité et de passion, qui enchantent la population alentour – de même que les touristes, les excursionnistes à la journée ou les gens de passage.

Spécialités locales et courantes

L'ouverture des premiers magasins Volg en Suisse romande en 2011 marque également l'arrivée en terrain francophone du label «Délices du village», créé en 2005. Au total, dans les magasins de Suisse romande et alémanique, ce sont plus de 3000 producteurs locaux qui proposent environ 10 000 spécialités. Parmi elles, on trouve des spécialités culinaires comme la cuchaule fribourgeoise, un jus de pomme rouge de la région du lac Léman ou encore un fromage à raclette provenant d'un alpage du Bas-Valais. L'offre diffère d'un magasin Volg à l'autre et varie selon la saison,

les produits étant en grande partie issus de l'agriculture. Par exemple, les abricots, cerises ou tomates fraîchement cueillis sont livrés juste après la récolte et ne parcourent que quelques kilomètres. Les œufs et le miel comptent parmi les produits les plus courants arborant le label et sont, quant à eux, généralement disponibles tout au long de l'année. Derrière ces spécialités locales, il y a des productrices et des producteurs que l'on peut rencontrer lors de la journée annuelle «Délices du village», qui aura lieu cette année le samedi 31 août. Plus d'informations à ce sujet en page 46.

Débouché pour les petites entreprises

Implantée en milieu rural, Volg est une enseigne qui a à cœur de défendre un engagement local dans ses magasins de village. Volg inclut dans son assortiment des produits directement issus du village, ce qui profite aux petites entreprises et aux exploitations agricoles des régions périphériques: grâce à ce canal de distribution, leurs spécialités sont accessibles à un plus grand nombre et se font mieux connaître, ce qui se traduit au final par une précieuse hausse du chiffre d'affaires. Avec son concept «Délices du village», Volg apporte ainsi une contribution durable à l'économie locale.



SPÉCIFICITÉ UNIQUE

«Les produits locaux enrichissent notre assortiment et confèrent à chaque magasin du village une spécificité unique. Notre label «Délices du village» est typique de Volg, il est l'expression de notre attachement au village.»

Kaspar Gisler

Chef de secteur vente chez Volg



TOUT LE MONDE PEUT AGIR

Recommander des produits ou produire soi-même

Vous avez fait une belle découverte au magasin Volg? Le producteur se réjouira que vous recommandiez ses produits à votre famille, vos amis ou vos voisins. Et si vous avez envie de faire pousser vous-même des «délices de chez soi», sachez qu'il ne faut pas grand-chose pour cultiver ce dont on a besoin. Des herbes comme l'origan, le thym ou la sauge s'épanouiront sur un rebord de fenêtre ensoleillé, tandis que le cresson, la menthe ou le cerfeuil se plairont à l'ombre. Les salades à tondre sont idéales pour une jardinière sur un balcon: elles ont besoin de peu de place et poussent vite. Il suffit de récolter juste ce dont on a besoin. L'ail et des radis combleront parfaitement les espaces vides.

NOUVEAU



C'EST TOUT
SUISSE!

LAIT, CRÈME, SUCRE ET FRUITS



* éventuellement non disponible dans les petits points de vente

AMUSANT À GRIGNOTER À TOUTE OCCASION



TRIO
CHF 9.45
AU LIEU DE CHF 11.85
3 x 160G

NEW



EN ACTION DU 29 JUILLET AU 4 AOÛT.
ACTION VALABLE SEULEMENT POUR GOLDFISH ORIGINAL, PAS GOLDFISH CHOCOLATE.
ÉVENTUELLEMENT NON DISPONIBLE DANS LES PLUS PETITS POINTS DE VENTE.

Rester bien au frais

Besoin d'un rafraîchissement? Quoi de mieux pour cela qu'une
Quöllfrisch blonde - une bière artisanale, brassée avec soin
et amour pour la nature suisse à partir d'eau de source d'Appenzell?

Tradition et innovation

Avec considération et amour pour la Suisse, la nature et les gens, la brasserie Locher basée en Appenzell propose depuis 1886 des produits brassicoles - bières et autres - qui font battre le cœur des inconditionnels. Le plus connu est la Quöllfrisch blonde, une bière qui rafraîchit le palais avec sa saveur riche, douce et fruitée.



Ça coule de source!

Toutes les bières de la brasserie Locher sont fabriquées avec de l'eau de source fraîche de l'Alpstein. Cette eau pure et cristalline, qui jaillit après un long parcours de filtration à travers la roche, est d'une qualité exceptionnelle qui se ressent à chaque gorgée.

LOCAL ET DURABLE

La brasserie Locher a à cœur d'utiliser des matières premières suisses. En 1996, elle fait revenir la culture de l'orge brassicole en Suisse, céréale dont elle est aujourd'hui la principale acheteuse. Grâce à la collaboration avec des paysans de montagne et à l'implantation de champs d'orge en altitude, les circuits de transport ont notamment pu être réduits de façon drastique. Le rendement annuel suffit à assurer une partie de la production. C'est en fonction de l'arôme du malt que se décide pour quelle bière spéciale l'orge brassicole sera utilisé.



RAFRAÎCHISSEMENT AVEC ET SANS ALCOOL

Outre la Quöllfrisch blonde, Volg propose une sélection de spécialités de la brasserie Locher, dont la bière Quöllfrisch non filtrée. À découvrir aussi en Suisse orientale: les versions sans alcool Sonnwendig et Bschorle.



APPENZELLER BIER

PIZZA BIANCA

En tant qu'Italienne, Pina Stella ne se passe jamais de pizza dans sa planification de menus hebdomadaires. Elle est fan de fromage et apprécie tout naturellement la variante de pizza blanche, où la sauce tomate est remplacée par du fromage.

PIZZA BIANCA

POUR 2 pièces de 32 cm Ø
PRÉPARATION env. 30 minutes
LEVAGE env. 1 heure 30 minutes
CUISSON AU FOUR env. 10 minutes par pizza
2 plaques à pizza ou à gâteau d'env. 32 cm Ø

huile d'olive pour les plaques

LA PÂTE

500 g de farine blanche
½ cube de levure fraîche, émiettée
1 cc de sucre
3 dl d'eau, tiède
1 cs d'huile d'olive
2 cc de sel

LA GARNITURE

250 g de mascarpone ou de fromage frais nature ou de ricotta
4 cs de grana padano râpé
3 cs de pesto alla genovese sel, poivre
100 g de mozzarella, en petits dés
8 tomates séchées à l'huile, égouttées, coupées en deux
20 cerneaux de noix, coupés en deux

1. Pâte: mettre la farine dans un récipient, former un puits. Ajouter le reste des ingrédients et pétrir au robot ménager ou à la main jusqu'à l'obtention d'une pâte souple. Couvrir et laisser doubler de volume pendant 1-1 ½ heure.
2. Partager la pâte en deux, abaisser sur un peu de farine à la taille des plaques. Déposer sur les plaques préparées.
3. Garniture: mélanger le mascarpone, le fromage râpé et le pesto, assaisonner. Étaler sur les pâtes. Parsemer de mozzarella, recouvrir de tomates séchées.
4. Placer les plaques l'une après l'autre sur le premier niveau depuis le bas du four préchauffé à 230 °C (chaleur voûte et sole) et cuire 8-10 minutes. Retirer du four, décorer avec des noix.

Conseils

- Garnir la pizza de jambon cru.
- Avant de servir, saupoudrer de basilic frais.



PINA STELLA,
GONTENSCHWIL AG

«Mon mari est, entre autres, pizzaiolo de formation», raconte Pina Stella. Le couple connaît donc tous les secrets pour réaliser de délicieuses pizzas et les garnir d'ingrédients différents selon la saison. «Nous avons un grand potager avec du basilic, du persil italien, de la roquette, des salades, des courgettes, des haricots, des petits pois et bien d'autres choses encore.» Pina Stella prépare également le pesto frais avec le basilic qu'elle cultive et, vers la fin de la saison, elle en prépare une grande quantité pour les mois d'hiver. Ce qui ne pousse pas dans son propre jardin, elle le trouve au Volg de Gontenschwil. Elle y apprécie la serviabilité et l'amabilité des collaborateurs, les longues heures d'ouverture et le grand choix en produits locaux.

TOUTES
LES RECETTES
DES LECTEURS SUR
VOLG.CH/RECETTES

RECHERCHE AVEC
«RECETTE DES LECTEURS»

Comme toutes les recettes publiées dans le magazine *frais & sympa*, les recettes envoyées par les lecteurs sont testées par les cuisiniers du magazine et photographiées par un professionnel. Un grand merci pour toutes les recettes créatives qui nous parviennent régulièrement!





APPENZELLER ALPENBITTER
ORIGINAL

**SWISS MADE.
DEPUIS 1902.**

APPENZELLER.COM

BIÈRE BOXER –
UNE VRAIE
ROMANDE



CHOPFAB
BOXER

*éventuellement indisponible dans les plus petits points de vente

GAGNER AVEC HILCONA

Les Suissesses et les Suisses consomment environ 45 kilogrammes de pommes de terre par personne et par an – dont une bonne partie sous forme de salade de pommes de terre. Cette salade traditionnelle suisse, facile et rapide à préparer, va avec (presque) tout, en plus d'être savoureuse à souhait! Prête à la consommation, la salade de pommes de terre Hilcona est très pratique et s'exporte partout, ce qui laisse tout le temps et le loisir d'explorer les plus beaux coins de Suisse.



Retrouvez-moi dans la rubrique «Garde-manger» de ce numéro et vous aurez la réponse à la question du concours.

hilcona

QUESTION DU CONCOURS

D'où proviennent la plupart des pommes de terre utilisées dans la salade de pommes de terre Hilcona?

- A D'Europe
- B De Suisse et du Liechtenstein
- C Du monde entier

1^{ER} PRIX

d'une valeur de Fr. 2000.-
Bon pour un voyage en Suisse avec le Switzerland Travel Centre

Rien de tel que de parcourir la Suisse en train pour découvrir de superbes paysages le long des lignes de chemin de fer les plus spectaculaires du pays. Celles et ceux qui aspirent à une pause détente en chemin trouveront leur bonheur dans des oasis de bien-être en montagne, ou parmi l'offre culturelle et les curiosités des villes suisses.



AUTRES PRIX

2° au 20° prix d'une valeur de Fr. 50.-
Bol «Muovo» en acier inoxydable de 2,5 litres avec couvercle étanche à l'air. Pour garder les aliments frais.

PARTICIPEZ & GAGNEZ!

Par courrier: envoyez la bonne réponse sur une carte postale (pas de lettre) à Volg Konsumwaren AG, «Hilcona», Case postale 344, 8401 Winterthur.
En ligne: www.volg.ch/frais-et-sympa

Les numéros de téléphone payants ne sont plus autorisés. La participation à notre concours est donc désormais uniquement possible par carte postale ou gratuitement sur la page volg.ch/frais-et-sympa

Ce concours se déroule du 29 juillet au 22 août 2024.

Le concours est ouvert aux personnes majeures domiciliées en Suisse. Les collaborateurs de Hilcona et de Volg Konsumwaren AG ne sont pas autorisés à participer au concours. Pas de paiement des prix en espèces. Les gagnants seront avertis par écrit. Tout recours juridique est exclu.



UNE JOURNÉE POUR LES PRODUITS LOCAUX

TOUT PROCHE

Le samedi 31 août 2024, chaque magasin Volg propose une journée de courses pas tout à fait comme les autres. Lors de la journée annuelle «Délices du village», les différentes spécialités locales, qui varient d'un magasin Volg à l'autre, ainsi que leurs producteurs seront à nouveau à l'honneur. Il n'y a pas mieux pour être au plus près des produits! Découvrez quels produits locaux sont disponibles dans les magasins de village proches de chez vous et discutez avec les productrices et les producteurs qui vous raconteront tout à leur sujet. Alors sortez vos agendas, notez la date et venez. Nous attendons votre visite!

TEMPÉRATURE EN MAGASIN

AU DEGRÉ PRÈS

En hiver, on a hâte de passer les portes du magasin de village pour oublier le froid et se réchauffer. En été, c'est l'inverse: tandis que la chaleur bat son plein à l'extérieur, on profite d'une agréable fraîcheur à l'intérieur. Une température jugée idéale, ou trop fraîche, selon les goûts. Mais la température est avant tout choisie pour permettre une conservation optimale des denrées alimentaires stockées en dehors des frigos: autour de 22 degrés Celsius, pour que le chocolat ne fonde pas par exemple. Les températures en magasin sont quasiment identiques en hiver et en été. Dans un souci de réduire le chauffage et d'améliorer la durabilité, il y fait même légèrement plus frais en hiver, mais cela ne se ressent pas.



ILLUSTRATIONS DE «FRAIS & SYMPA»

INSPIRÉ PAR LA VIE AU VILLAGE

Ses dessins rappellent ceux des livres *Cherche et trouve*: plus on les scrute, plus on remarque de détails. Samuel Jordi est l'homme derrière les illustrations pleines d'humour de la rubrique «L'ABC de Volg». Ces dessins, il les réalise tout spécialement pour le magazine clients de Volg. Samuel Jordi vit et travaille à Winterthour, dans le canton de Zurich. «J'ai grandi à la campagne, je connais depuis tout petit la vie au village, les paysans, les animaux, la nature, et bien sûr Volg», raconte-t-il. Se reconnectant à ce vécu, il peut laisser libre cours à son imagination. Il aime tout particulièrement dessiner «des animaux mignons avec des sourires comiques». Il esquisse toujours les premiers croquis au crayon sur du papier, avant de passer à la tablette et au stylet pour une version plus détaillée. L'illustration définitive, en couleurs, est réalisée sur une tablette graphique. Le résultat final est à retrouver en page 37.

Le prochain numéro paraîtra le
23.9.2024

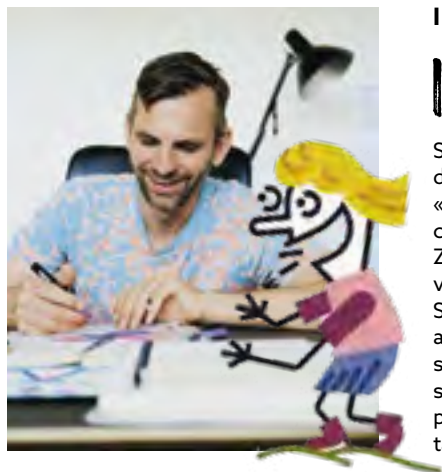


Photo: Milad Ahmadvand

IMPRESSUM Éditeur Volg Konsumwaren AG, Case postale 344, 8401 Winterthour **Direction de projet** Tamara Scheibli, Directrice Volg Communication/Publicité **Direction publicitaire** Christina Sedens, Volg Communication/Publicité **Conception, rédaction, mise en page** Medienart AG, 5000 Aarau, www.medienart.ch **Parution** 6 fois par an **Tirage** 200 000 exemplaires **Impression** Swissprinters AG, Zofingue **Contact** Tél. 058 433 55 04, e-mail: fraisetsympa@volg.ch, www.volg.ch

Imprimé en Suisse et sur du papier suisse climatiquement neutre





Dreamies™



**SECOUEZ,
IL EST PRÊT!™**



**CROQUANTES
À L'EXTÉRIEUR,
TENDRES
À L'INTÉRIEUR**

IRRÉSISTIBLE

*pas forcément disponibles dans les points de vente les plus petits.



Tempo[®]



Papier hygiénique Tempo PREMIUM
9 x 120 feuilles · 4 couches blanc ou
avec senteur Camomille & Aloe Vera

Papier hygiénique Tempo CLASSIC
9 x 160 feuilles · 3 couches blanc



Lingettes humides Tempo
doux & soignant · 42 pièces

La propreté parfaite de Tempo.

* Résulte de 10 feuilles de plus par rouleau | ¹ Les produits Tempo contenant de la paille sont en principe fabriqués avec 10 % de pulpe de paille, des variations liées à la production étant possibles. Nous travaillons continuellement à l'amélioration de notre empreinte écologique. | ^{**} Une feuille Tempo contient au moins 5% de fibres de lin. Le 1er papier toilette humide composé en partie de lin en Allemagne, Autriche et Suisse. Les fibres de bois ont été partiellement remplacées par des fibres de lin. Nous travaillons continuellement à l'amélioration du produit.