



Secondaire 1/économie familiale

Nom: _____

La Suisse, pays du fromage



En Suisse, on produit plus de 450 variétés de fromage au total, dont la fabrication a une tradition séculaire. Certains fromages, comme l'Appenzeller®, l'Emmentaler AOP, Le Gruyère AOP ou la Tête de Moine AOP, font partie des fromages les plus connus en Suisse, mais aussi à l'étranger. Le fromage suisse se distingue par son excellente qualité et son caractère naturel. Ceux-ci sont rendus possibles par les sévères contrôles de qualité qui sont pratiqués ici.

Exercice

De quelle région de Suisse provient chacune des variétés fromagères? Inscris le nom de chaque fromage à côté du petit drapeau qui lui correspond sur la carte de la Suisse.



Appenzeller®

Fromage d'alpage et fromage à rebibes bernois AOP

Fromage de montagne des Grisons

Emmentaler AOP

L'Etivaz AOP

Le Gruyère AOP

Sbrinz AOP

Fromage d'alpage du Tessin AOP

Tête de Moine AOP

Tilsiter

Tomme Vaudoise

Vacherin Fribourgeois AOP

Vacherin Mont-d'Or AOP

Raclette du Valais AOP



Remarque

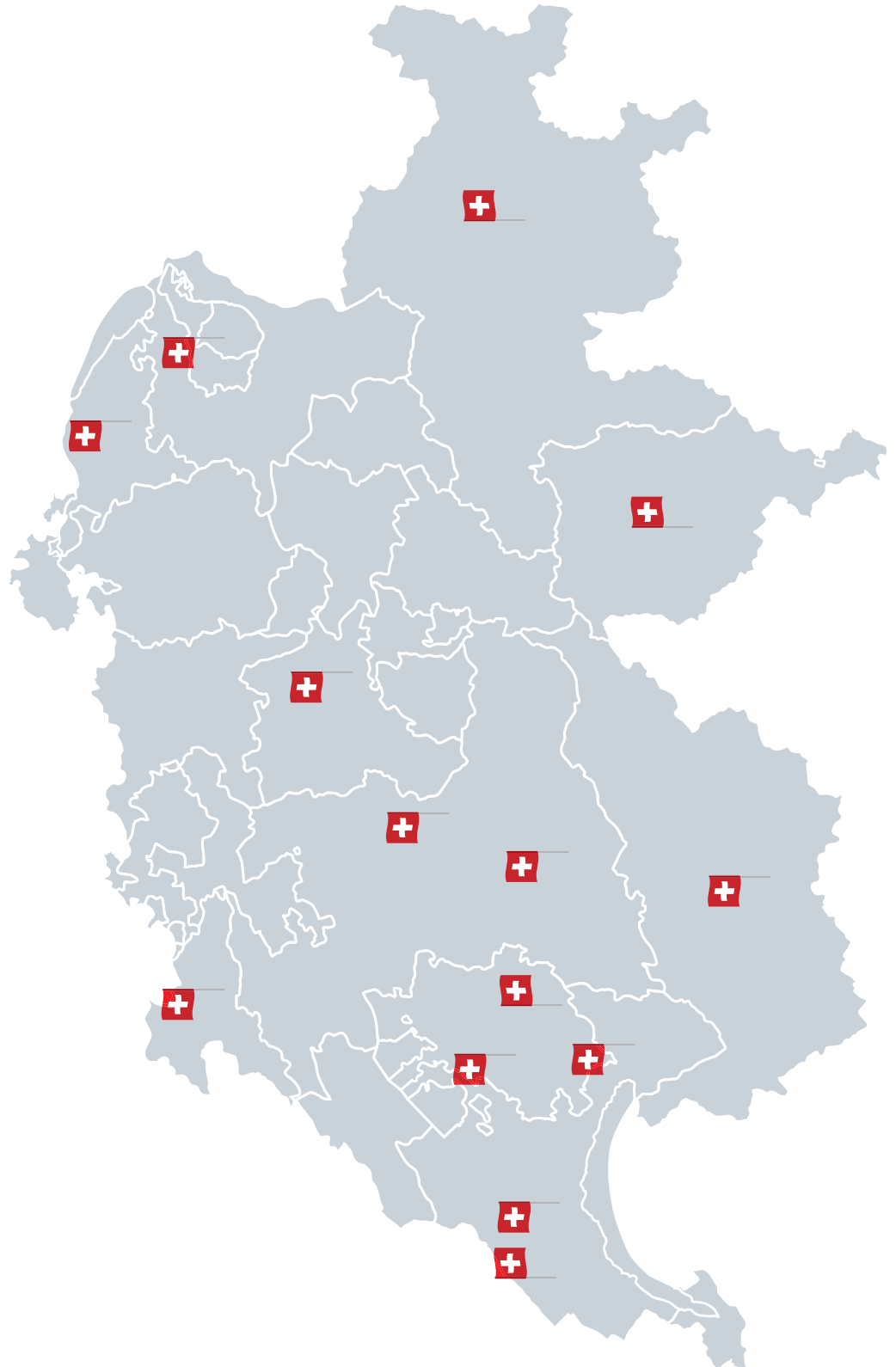
Tu trouveras des informations sur la fabrication des fromages sur www.fromagesuisse.ch.

Secondaire 1/économie familiale



Nom: _____

La Suisse, pays du fromage





Secondaire 1/économie familiale

Nom: _____

Recette pour la fiche de travail



Brochettes de fruits automnales au fromage

Pour 10 portions / 30 pièces

Préparation: env. 30 minutes

Ustensiles

balance de cuisine
planche à découper
couteau d'office
30 mini-brochettes en bois
10 assiettes

Ingrédients

250 g de raisin lavé (30 grains)
250 g de Tête de Moine raclée en rosettes (30 rosettes)
250 g de poires lavées et coupées en bouchées (30 morceaux)
300 g de prunes lavées, dénoyautées et coupées en quartiers (30 morceaux)

Préparation

- 1 Enfiler sur les mini-brochettes les grains de raisin, les rosettes de Tête de Moine, les morceaux de poires et les quartiers de prunes en les alternant.
- 2 Disposer trois brochettes par personne sur une assiette.



Astuce

Utiliser des pruneaux à la place des prunes.



Remarque

Le fromage contient des nutriments importants

Le lait et les produits laitiers suisses contiennent presque tous les nutriments dont l'organisme a besoin chaque jour. On y trouve notamment des protéines de grande qualité, de la matière grasse très digeste, des vitamines A, B₂, B₁₂ et D, et du calcium. Aucun aliment n'est aussi riche en calcium que le fromage à affinage long. Les fromages à pâte dure ou extra-dure ne contiennent plus de lactose et sont très bien tolérés en cas d'intolérance au lactose; les fromages à pâte molle ou mi-dure ne renferment plus que des traces de lactose.



Solution

La Suisse, pays du fromage

