

# Idées de recettes au Tilsit

**Tilsiter**  
SWITZERLAND  
LE FROMAGE SUISSE.

# Découvrez 12 recettes raffinées au Tilsit.

Découvrez ce que notre produit typiquement suisse et de fabrication locale vous réserve en matière de créativité et de polyvalence. Outre les grands classiques de la cuisine suisse, nous souhaiterions, cette fois, effectuer avec vous une escapade dans la cuisine internationale. Vous trouverez par exemple, dans cette brochure, une recette israélienne ainsi qu'une recette asiatique. En outre, nous avons rassemblé pour vous des informations intéressantes résumant les propriétés de cuisson des différentes variétés de Tilsit.

Et maintenant: à vos spatules, prêts, partez!  
L'équipe Tilsiter vous souhaite de belles réussites culinaires.

Bon appétit!

Vert, doux et affiné pendant  
quatre à six semaines.

Rouge, corsé et affiné pendant  
trois à six mois.



## Mentions légales

### Éditeur

IP Tilsiter Switzerland GmbH  
Dunantstrasse 10, 8570 Weinfelden  
[www.tilsiter.ch](http://www.tilsiter.ch)

### Concept et création

Die Botschafter Kommunikationsagentur AG LSA  
Teufener Strasse 3, 9001 Saint-Gall  
[www.diebotschafter.ch](http://www.diebotschafter.ch)

### Recettes et mise en scène

Claudia Stalder  
[www.claudialstalder.ch](http://www.claudialstalder.ch)

### Photographie

Anna Schramek-Schneider  
[www.annaschneider.ch](http://www.annaschneider.ch)

### Impression

Ostschweiz Druck AG  
[www.ostschweizdruck.ch](http://www.ostschweizdruck.ch)

© IP Tilsiter Switzerland GmbH

imprimé en  
suisse

# Tilsit. Le fromage suisse.

L'une des variétés de fromages les plus importantes et les plus prisées de Suisse depuis plus de 125 ans. Aujourd'hui, le fromage Tilsit est produit dans nos 22 fromageries familiales, qui allient tradition ancestrale et technologie d'avant-garde. Au fil des années, l'assortiment a été enrichi et complété par des variétés de fromages incomparables. Du fromage à pâte mi-dure doux au corsé, il y en a pour tous les goûts. Grâce à son affinage naturel, le Tilsit est naturellement sans lactose et ne contient pas le moindre colorant ni conservateur.

À propos, allez faire un tour sur [www.tilsiter.ch](http://www.tilsiter.ch) pour tout savoir sur nos variétés de Tilsit, découvrir d'autres idées de recettes et faire la connaissance de nos fromageries ainsi que de nos fromagers et fromagères. Visitez également notre blog pour y découvrir des faits intéressants sur l'univers du Tilsit.



# Découvrez nos cinq variétés de fromages.

## Le rouge – corsé

Le Tilsit rouge est le grand classique parmi les fromages à pâte mi-dure. C'est sa saveur à la fois douce, veloutée et relevée qui fait toute son originalité.

## Le vert – doux

Le Tilsit à l'étiquette verte effectue un séjour de courte durée dans la cave d'affinage, développant ainsi un arôme doux et frais toujours très apprécié des enfants et des adolescents.

## Le jaune – crèmeux

L'arôme doux et velouté du Tilsit jaune en fait un mets apprécié au dessert et dans les recettes nécessitant un fromage tendrement fondant.

## Le bleu – léger

La tendance est à l'alimentation saine et équilibrée. Avec le Tilsit léger, nous avons développé un fromage riche en protéines qui répond à ces exigences et séduit les amateurs de fromage soucieux de leur alimentation.

## Le noir – extra

Le plaisir ultime pour les authentiques amateurs de fromage: grâce à sa maturation prolongée en cave d'affinage, il développe un caractère affirmé qui se distingue par une note corsée soutenue.



# Cordon-bleu au Tilsit

## Ingrédients

- 4 escalopes de porc (jarret ou coin) d'env. 150 g chacune, taillées et aplaties par le boucher pour les farcir
- ¾ cc de sel
- Un peu de poivre
- 2 cc de moutarde douce
- 4 tranches de jambon de campagne
- 180 g de TILSIT NOIR ou ROUGE en bâtonnets
- 2 cs de farine blanche
- 6 cs de chapelure
- 1 œuf
- Beurre à rôtir
- 1 citron bio en quartiers

Pour 4 personnes

Préparation: env. 35 minutes

Cure-dents

Difficulté: moyenne

1. Saler et poivrer les escalopes des deux côtés. Badigeonner l'intérieur de moutarde. Déposer le jambon et le TILSIT sur les escalopes, plier la viande en pressant bien et fixer à l'aide d'un cure-dent.
2. Verser la farine et la chapelure séparément dans deux assiettes plates. Batre l'œuf dans une assiette creuse. Enfariner les cordons-bleus. Tourner la viande dans l'œuf puis dans la chapelure, bien presser la panade.
3. Chauffer le beurre à rôtir. Cuire les cordons-bleus à feu moyen pendant env. 10 minutes de chaque côté. Servir avec des quartiers de citron.

Conseil: sortir le TILSIT du réfrigérateur 30 minutes avant la préparation. Il aura ainsi la température idéale pour fondre.

## Valeurs nutritives par portion

683

kcal

35 g

lipides

15 g

glucides

77 g

protéines



Conseil: pour une salade estivale, remplacer l'orange par du citron et les poires par du melon.



# Salade quinoa et Tilsit

Pour 4 personnes

Préparation: env. 30 minutes

Mariner: env. 30 minutes

Difficulté: facile

1. Quinoa: faire revenir l'oignon dans l'huile. Ajouter le quinoa et le faire revenir en remuant. Verser l'eau, porter à ébullition, saler. Laisser cuire à feu doux pendant env. 20 minutes à couvert. Laisser refroidir le quinoa.
2. TILSIT: bien mélanger le zeste d'orange avec tous les ingrédients jusqu'au pavot. Ajouter le TILSIT et laisser mariner à couvert pendant env. 30 minutes.
3. Sauce: bien mélanger tous les ingrédients.
4. Salade: mélanger le quinoa avec les poires, les épinards et le TILSIT mariné, dresser. Parsemer de noix.

## Quinoa

- ½ oignon haché
- 1 cs d'huile de colza
- 120 g de quinoa tricolore
- 3 dl d'eau
- ½ cc de sel

## Tilsit

- 1 orange bio, le zeste et 1 cs de jus
- 1 cs d'huile de colza
- ½-1 piment rouge épépiné et finement haché
- 1 cc de graines de pavot
- 200 g de TILSIT BLEU en dés

## Sauce

- 1 cc de moutarde douce
- 3 cs de jus d'orange
- 2 cs d'huile de colza
- Sel, poivre

## Salade

- 2 poires en fins quartiers
- 100 g de pousses d'épinards
- 3 cs de noix grossièrement hachées et grillées

## Valeurs nutritives par portion

436  
kcal

24 g  
lipides

29 g  
glucides

24 g  
protéines

Végétarien



# Salade de cervelas au fromage

## Sauce

- 2 cc de moutarde
- ½ cs de mayonnaise
- 2 cs de vinaigre aux herbes
- 4 cs d'huile de colza
- ½ oignon finement haché
- Sel, poivre

## Salade

- 200 g de TILSIT ROUGE en bâtonnets
- 4 cervelas coupés en deux dans la longueur, en tranches
- 1 botte de radis, évent. coupés en deux, en tranches
- 8 cornichons en lamelles dans la longueur
- 1 bouquet de ciboulette finement ciselée

Pour 4 personnes

Préparation: env. 20 minutes

Difficulté: facile

1. Sauce: bien mélanger la moutarde avec tous les ingrédients et avec l'huile dans un saladier. Ajouter l'oignon, assaisonner.
2. Salade: ajouter le TILSIT et le reste des ingrédients à la sauce, mélanger.

Conseil: laisser brièvement reposer la salade à couvert avant de servir.



## Valeurs nutritives par portion

564 kcal

49 g lipides

3 g glucides

27 g protéines



# Pizzette à la courge

Conseil: avant de garnir la pizza, saupoudrer un peu de farine sur le bord.



Pour 4 personnes

Préparation: env. 1 heure

Laisser lever: env. 1 heure

Cuisson: env. 20 minutes

Difficulté: moyenne

1. Pâte: mélanger la farine, le sel et la levure dans un saladier. Ajouter l'eau et le beurre, malaxer pour obtenir une pâte homogène. À température ambiante, laisser la pâte doubler de volume pendant env. 1 heure à couvert.
2. Garniture: faire revenir les marrons dans le beurre chaud pendant env. 5 minutes. Ajouter l'eau, cuire à couvert pendant env. 5 minutes. Poursuivre la cuisson sans couvercle jusqu'à ce que le liquide se soit entièrement évaporé, assaisonner. Sortir les marrons.
3. Mettre du beurre dans la même poêle et y faire revenir la courge et l'échalote pendant env. 5 minutes. Ajouter l'eau, poursuivre la cuisson 5 minutes, assaisonner. Laisser refroidir la courge.
4. Confection: diviser la pâte en 12 portions, former des boules. Les abaisser en ronds d'env.  $\varnothing$  11 cm et les déposer sur deux plaques chemisées de papier cuisson. Garnir les pâtes de courge, de marrons et de TILSIT. Parsemer de pépins de courge.
5. Cuisson: env. 20 minutes dans le four préchauffé à 180° C (air chaud/chaueur tournante).

## Valeurs nutritives par portion

788  
kcal

24 g  
lipides

106 g  
glucides

32 g  
protéines

## Pâte

500 g de farine mi-blanche  
1½ cc de sel  
½ cube de levure (env. 20 g) émietté

Env. 3 dl d'eau  
1 cs de beurre

## Garniture

180 g de marrons pelés, en fines tranches  
1 cs de beurre  
½ dl d'eau  
¼ cc de sel  
Un peu de poivre de Cayenne  
½ cs de beurre  
300 g de courge (p. ex. potimarron) râpée (soit env. 220 g)  
1 échalote émincée  
1 dl d'eau  
½ cc de sel, un peu de poivre  
180 g de TILSIT NOIR ou ROUGE grossièrement râpé  
25 g de pépins de courge hachés

# Chakchouka au Tilsit

Pour 4 personnes

Préparation: env. 45 minutes

Difficulté: moyenne

1. Chauffer l'huile dans une poêle. Faire revenir l'oignon et le poivron pendant env. 5 minutes. Ajouter l'ail et cuire brièvement. Incorporer les tomates et le sucre, cuire env. 2 minutes supplémentaires, assaisonner. Laisser cuire à feu doux pendant env. 20 minutes jusqu'à ce que la sauce épaississe.
2. Répartir le TILSIT sur la sauce. Former quatre creux dans la sauce avec le dos d'une cuillère. Casser les œufs un à un et les faire glisser dans les creux. Couvrir et laisser prendre à feu très doux pendant 7 à 10 minutes, assaisonner, parsemer de persil.



Conseil: pour un résultat parfait, sortir le TILSIT et les œufs du réfrigérateur 30 minutes avant la préparation.

## Ingrédients

- 1 cs d'huile d'olive
- 1 oignon en fines lamelles
- 1 poivron jaune en petits morceaux
- 2 gousses d'ail finement hachées
- 1 boîte de tomates hachées (env. 400 g)
- ½ cc de sucre
- 1 cc de paprika fort
- ½ cc de cumin
- ½ cc de coriandre en poudre
- ½ bâton de cannelle
- 120 g de TILSIT NOIR ou ROUGE en dés
- 4 œufs
- Sel, paprika
- 2 cs de persil plat émincé

## Valeurs nutritives par portion

279  
kcal

19g  
lipides

8g  
glucides

18g  
protéines





# Jambon en croûte au Tilsit

Apéritif pour 6 personnes  
Préparation: env. 50 minutes  
Laisser lever: env. 1 heure  
Cuisson: env. 25 minutes  
Difficulté: moyenne

1. Pâte: mélanger la farine, le sel, le sucre et la levure dans un saladier. Ajouter l'eau, malaxer pour obtenir une pâte homogène. À température ambiante, laisser la pâte doubler de volume pendant env. 1 heure à couvert.
2. Farce/déco: mélanger le TILSIT, le jambon et les herbes, assaisonner.
3. Confection: abaisser la pâte sur un peu de farine de manière à former un rectangle de 38 x 55 cm, diviser la pâte en deux dans la largeur. Déposer une moitié de la pâte sur une plaque ou dans un moule chemisé de papier cuisson. Répartir la farce. Déposer la deuxième moitié de pâte. Saupoudrer la surface de farine. À l'aide d'un couteau, tailler des carrés d'env. 3,5 cm sans traverser. Presser les brins d'herbes aromatiques dans les entailles.
4. Cuisson: env. 25 minutes sur la grille inférieure du four préchauffé à 200° C.

## Pâte

- 500 g de farine mi-blanche
- 1½ cc de sel
- 1 cc de sucre
- ½ cube de levure (env. 20 g) émietté
- 3 dl d'eau tiède

## Farce/déco

- 200 g de TILSIT ROUGE grossièrement râpé
- 200 g de tranches de jambon en lanières
- 4 cs d'herbes (sauge, romarin et thym) grossièrement coupées ou effeuillées
- Poivre
- Un peu de farine
- 4 petits brins de sauge, de romarin et de thym

Conseil: remplacer le jambon par des dés de tomates.

## Valeurs nutritives par portion



# Hamburger au Tilsit

## Viande

- 450 g de viande de bœuf hachée
- 1 échalote hachée très fin
- ½ bouquet de persil plat finement haché
- 1 œuf
- 3 cs de chapelure
- 1 cc de sel
- Poivre

## Sauce

- 4 cs de mayonnaise
- 2 cs de ketchup
- Sel, un peu de poivre de Cayenne

## Burger

- 150 g de TILSIT ROUGE, bâtonnets
- Poivre
- 4 petits pains pour hamburger coupés en deux
- 4 cs de mayonnaise
- 2 cs de ketchup
- Sel, poivre de Cayenne
- 4 cornichons en rondelles
- 1 à 2 tomates en rondelles
- Un peu de roquette

Pour 4 personnes

Préparation: env. 25 minutes

Difficulté: moyenne

1. Viande: bien mélanger à la main la viande hachée avec tous les ingrédients jusqu'au poivre, afin d'obtenir une masse compacte. Diviser la masse en quatre et former des burgers en les aplatissant avec les mains mouillées.
2. Sauce: bien mélanger tous les ingrédients.
3. Burger: sortir le TILSIT du réfrigérateur env. 30 minutes avant la préparation.
4. Griller: faire griller la viande 3 minutes à braise/chaleur moyenne, retourner. Y déposer le fromage, assaisonner, terminer la grillade à couvert pendant 3 à 5 minutes. Déposer les petits pains côté tranche sur le grill les 2 dernières minutes.
5. Finition: répartir la sauce sur les fonds des petits pains, déposer les hamburgers au TILSIT dessus. Surmonter des cornichons, des tomates et de la roquette. Couvrir de l'autre moitié de petit pain.

## Valeurs nutritives par portion

780  
kcal

48 g  
lipides

41 g  
glucides

44 g  
protéines

Conseil: cuire les burgers à la poêle, répartir le TILSIT et faire fondre au four à 100° C.



# Risotto à la tomate et au Tilsit

Pour 4 personnes  
Préparation: env. 30 minutes  
Difficulté: facile

1. Risotto: faire suer l'oignon et l'ail dans l'huile chaude. Ajouter le riz, faire revenir. Ajouter la purée de tomates et cuire brièvement. Verser le vin, laisser réduire de moitié. Ajouter les tomates et le bouillon, porter à ébullition. Laisser cuire à feu doux al dente pendant env. 20 minutes. Incorporer le TILSIT et la moitié des herbes au risotto, assaisonner.
2. Tomates: faire revenir les tomates cerises à feu vif dans l'huile chaude, assaisonner. Ajouter l'eau, cuire à couvert pendant env. 5 minutes.
3. Finition: dresser le risotto et les tomates, garnir d'origan.

Conseil: pour un risotto onctueux, ajouter peu à peu le bouillon chaud en remuant fréquemment.

Valeurs nutritives par portion

637  
kcal

21 g  
lipides

87 g  
glucides

22 g  
protéines

Végétarien



## Risotto

- 1 oignon finement haché
- 1 gousse d'ail pressée
- 1 cs d'huile d'olive
- 400 g de riz pour risotto
- 2 cs de purée de tomates
- 2 dl de vin rouge
- 1 boîte de tomates hachées (env. 400 g)
- 1 litre de bouillon de légumes bouillant
- 200 g de TILSIT VERT en petits dés
- 4 cs d'origan effeuillé
- Sel, poivre selon les goûts

## Tomates

- 250 g de tomates cerises en grappe
- 1 cs d'huile d'olive
- ¼ cc de sel, un peu de poivre
- 3 cs d'eau

# Tilsit chop suey

Pour 4 personnes

Préparation: env. 30 minutes

Mariner: env. 30 minutes

Difficulté: facile

1. Dés de TILSIT marinés: bien mélanger la sauce soja avec tous les ingrédients jusqu'au gingembre. Ajouter le TILSIT, mélanger et laisser mariner à couvert pendant env. 30 minutes.
2. Chop suey: chauffer l'huile dans le wok ou dans une grande poêle. Faire revenir les oignons et tous les ingrédients jusqu'aux pois mange-tout pendant 5 minutes en remuant. Ajouter le piment, la citronnelle et le gingembre et cuire brièvement. Ajouter l'eau et la sauce soja, mélanger.
3. Finition: dresser le chop suey avec les dés de TILSIT marinés.

## Dés de Tilsit marinés

- 2 cc de sauce soja
- 1 cc d'huile de sésame
- 2 cm de gingembre râpé fin
- 200 g de TILSIT BLEU en dés

## Chop suey

- 1 cs d'huile d'arachide
- 2 bouquets d'oignons nouveaux ciselés
- 250 g de brocoli en rosettes
- 250 g de champignons de Paris en tranches
- 150 g de pois mange-tout
- 1 piment rouge en rondelles épépiné
- 1 tige de citronnelle, l'intérieur finement haché
- 2 cm de gingembre râpé fin
- 1 dl d'eau
- 1 à 2 cs de sauce soja

## Valeurs nutritives par portion



Conseil: varier les légumes selon la saison.





# Tarte flambée au Tilsit

Apéritif pour 4 personnes  
Préparation: env. 20 minutes  
Cuisson: env. 15 minutes  
Difficulté: facile

1. Saler la crème fraîche. Étaler la pâte à tarte avec le papier de cuisson sur une plaque, badigeonner de crème fraîche. Répartir le TILSIT.
2. Cuisson: env. 10 minutes sur la grille inférieure du four préchauffé à 200° C. Éteindre le four. Sortir la plaque, répartir les figes, terminer la cuisson pendant 5 minutes. Parsemer de roquette juste avant de servir, assaisonner.

## Ingrédients

- 75 g de crème fraîche
- 2 pincées de sel
- 1 pâte à tarte flambée déroulée (env. 290g)
- 200g de TILSIT VERT grossièrement râpé
- 200g de figes fraîches en morceaux
- Env. 50g de roquette
- Grains de poivre rouges séchés, écrasés

Conseil: les figes peuvent être remplacées par des oignons nouveaux finement ciselés. Parsemer ceux-ci sur le TILSIT avant la cuisson.

## Valeurs nutritives par portion



# Poêlée de knöpfli au Tilsit

## Knöpfli

- 150 g d'épinards en branches
- 150 g de yogourt nature
- 2 œufs
- 300 g de farine pour knöpfli
- 1 cc de sel

## Ingrédients

- 1 oignon rouge en rondelles
- 1 poivron rouge en morceaux
- 1 cs de beurre
- 250 g de champignons de Paris bruns en tranches
- 350 g d'épinards en branches
- Sel, poivre
- 200 g de TILSIT VERT en dés d'env. 1 cm
- 2 cs de crème fraîche
- Poivre

Pour 4 personnes

Préparation: env. 45 minutes

Repos: env. 30 minutes

Difficulté: facile

1. Knöpfli: mixer les épinards avec le yogourt et les œufs. Mélanger la farine et le sel dans un saladier. Incorporer progressivement la masse aux épinards et aux œufs. Battre vigoureusement la pâte avec la louche jusqu'à ce qu'elle soit lisse. Laisser la pâte reposer à couvert pendant env. 30 minutes.
2. Passer la pâte par portions à la passoire à knöpfli au-dessus de l'eau salée frémissante. Laisser les knöpfli dans l'eau jusqu'à ce qu'ils remontent à la surface. Retirer à l'aide d'une écumoire et égoutter.
3. Faire revenir l'oignon et le poivron dans le beurre chaud. Ajouter les champignons, poursuivre la cuisson env. 5 minutes. Ajouter les épinards par portions, faire tomber à couvert. Incorporer les knöpfli et le TILSIT, assaisonner.
4. Dresser la poêlée de knöpfli, répartir la crème fraîche, assaisonner.

## Valeurs nutritives par portion

620  
kcal

26 g  
lipides

58 g  
glucides

33 g  
protéines

Végétarien

Conseil: remplacer le poivron et les champignons par des restes de légumes (p. ex. chou-fleur, brocoli, poireau, etc.).



# Roulades d'aubergines grillées

## Ingrédients

- 1 aubergine (env. 400 g), en tranches d'env. 5 mm dans la longueur
- 3 cs d'huile d'olive
- 3 cs de persil plat et de basilic finement hachés
- ½ gousse d'ail pressée
- Sel
- 120g de TILSIT JAUNE en dés
- Poivre

Apéritif pour 4 personnes

Préparation: env. 40 minutes

Difficulté: facile

Cure-dents

1. Faire griller les tranches d'aubergine à petite braise/chaueur moyenne env. 5 minutes de chaque côté. Bien mélanger l'huile, les herbes et l'ail, saler. Couper les aubergines dans le sens de la longueur, badigeonner d'huile aux herbes des deux côtés.
2. Enrouler une tranche d'aubergine autour d'un dé de TILSIT, fixer à l'aide d'un cure-dent. Poivrer.

Conseil: les aubergines peuvent également être cuites 5 à 10 minutes au four préchauffé à 200° C.

## Valeurs nutritives par portion

212  
kcal

18g  
lipides

3g  
glucides

7g  
protéines

Végétarien



# Caractéristiques de cuisson

Chaque variété de Tilsit a son propre caractère, avec des propriétés gustatives qui lui sont spécifiques.

**En tant que créatrice de recettes, ma mission consiste à marier les différentes variétés de fromage aux ingrédients adaptés et à les préparer de manière qu'ils se complètent parfaitement en termes de goût, tout en faisant jouer au mieux les caractéristiques de cuisson.**

Mais l'adéquation gustative des ingrédients n'est pas le seul critère. Le mélange doit présenter différentes textures et couleurs qui s'harmonisent et offriront une expérience de dégustation intéressante. Autre facteur important: l'attrait visuel d'un plat. La recette sera-t-elle esthétiquement réussie? Il est très important de pouvoir se représenter visuellement la recette imaginée, car c'est l'illustration de la recette finie qui suscite en premier lieu l'intérêt pour un plat.

Mais revenons-en au «caractère»: les différentes variétés de lait, la teneur en matières grasses, le procédé de fabrication et la durée d'affinage créent des fromages qui divergent non seulement en termes de goût, mais également de caractéristiques de cuisson. Toutefois, les variétés de Tilsit étant toutes des fromages à pâte mi-dure, les caractéristiques se situent dans une plage similaire. À la différence des fromages à pâte molle ou extradure, la palette de Tilsit séduit par son juste milieu.

Mais il me tenait à cœur de révéler et d'exploiter au mieux les subtiles différences de chaque variété de Tilsit. Au moment d'essayer les plats, j'ai donc intégré d'autres variantes et j'en ai aussi profité pour faire des tests supplémentaires.

Je me permets donc de vous transmettre quelques conseils et des expériences que j'ai faites durant l'élaboration et la mise en œuvre de cette brochure de recettes avec les différentes variétés de Tilsit.

## Comportement de fonte à la cuisson/au gratinage

Les critères déterminants pour la fonte du fromage sont la teneur en eau, l'âge et la teneur en matières grasses.

Plus il est vieux, plus sa teneur en eau diminue. C'est pourquoi le Tilsit VERT (affinage de 1 à 2 mois) fond en général plus vite que le ROUGE qui a bien vieilli (au moins 4 mois d'affinage) ou que le NOIR (au moins 5 mois d'affinage).

- Pour les gratins, les variétés VERT, ROUGE et NOIR permettent d'obtenir d'excellents résultats. Cependant, ils coulent si on les coupe en tranches avant de les gratiner. Mieux vaut les couper en dés ou les râper (directement à la sortie du réfrigérateur).
- Râpé, le fromage fond plus vite et se répartit plus uniformément.
- Les variétés de Tilsit ROUGE, VERT et NOIR présentent un bon écoulement à des températures moyennes (160° C-180° C). Une croûte croustillante se forme à de plus hautes températures (190° C-200° C).
- En raison de sa forte teneur en matières grasses, le Tilsit JAUNE réagit plus vite aux températures élevées. Pour obtenir un résultat optimal, utiliser le Tilsit JAUNE uniquement pour gratiner brièvement et à chaleur moyenne.
- Un gratinage trop long et trop intense confère à toutes les variétés de fromage un goût amer.
- Si l'on utilise uniquement du fromage pour gratiner, répartir celui-ci seulement vers la fin et le cuire jusqu'à obtention du degré de fondant désiré. Si le fromage fait partie intégrante d'une farce ou d'un appareil, il n'y a bien sûr aucun problème à le cuire en même temps.
- En raison de sa faible teneur en matières grasses, le Tilsit BLEU n'est pas idéal pour gratiner. La pâte du fromage fond irrégulièrement et il se forme une peau à la surface.

## Comportement de fonte dans les farces, sauces ou soupes

Là encore, les caractéristiques de fonte du fromage dépendent de son âge et de sa teneur en eau et en matières grasses. Toutes les variétés de Tilsit (sauf le BLEU) se prêtent parfaitement à ce type de préparation. Même le Tilsit JAUNE à teneur en matières grasses supérieure fond en général sans problème. Seule une cuisson trop longue ou trop chaude peut faire «suinter» le fromage.

- Laisser reposer le fromage pendant env. 30 minutes à température ambiante avant de l'utiliser. Cela est important pour que le fromage fonde correctement pendant la durée de cuisson indiquée, p. ex. dans le cordon-bleu (p. 6).
- Dans les potées enrichies et rehaussées au Tilsit, le fromage est incorporé juste avant de servir. Mélanger à cette fin le fromage à température ambiante, coupé en dés ou râpé. Le plat ne doit plus cuire, afin que le fromage fonde de manière uniforme sans suinter.
- Pour une sauce ou une soupe au fromage, faire fondre à feu doux le Tilsit râpé ou coupé très finement en remuant constamment.
- En résumé, les Tilsit ROUGE, NOIR et VERT sont parfaits pour cuisiner des plats chauds.
- Le BLEU, en raison de sa faible teneur en matières grasses, ne fond pas de manière optimale. En revanche, cette variété est idéale dans les plats froids.

## Le Tilsit dans la cuisine froide

VERT, ROUGE, JAUNE, NOIR ou BLEU, chacune et chacun a son Tilsit préféré. Or, souvent, c'est encore pur avec une tranche de pain ou avec une pomme de terre en robe des champs qu'on le préfère. Et c'est très bien comme ça.

Dans la cuisine froide, cependant, le mariage du Tilsit à d'autres ingrédients permet de varier les plaisirs.

La simple salade de cervelas au fromage (p. 10) séduit par le mélange des ingrédients et leur interaction. Si l'on donne aux arômes le temps de s'unir pleinement, une modeste salade de cervelas au fromage peut devenir un grand moment culinaire.

Une bonne marinade donne du peps et de la saveur même au Tilsit BLEU allégé en matières grasses, p. ex. dans une salade de quinoa (p. 8) ou un Tilsit chop suey (p. 22).

Bref: savouré pur, audacieusement combiné, délicatement fondu ou joliment gratiné, le Tilsit l'emporte en tout point. Peut-être ces quelques conseils sauront-ils vous inspirer pour concocter votre propre création au Tilsit.

Je vous souhaite beaucoup de plaisir à cuisiner et de délicieuses expériences culinaires.



Claudia Stalder



  
**Tilsiter**  
SWITZERLAND  
LE FROMAGE SUISSE.

[www.tilsiter.ch](http://www.tilsiter.ch)

Prix catalogue CHF 7,50

Die Botschafter