



Artisan-boulangier depuis 36 ans, Jean-Luc Delabays confectionne quotidiennement des cuchaules à Grandvillard.

## UN DÉLICE PUR TERROIR ET UNE PINCÉE D'EXOTISME

Avec sa mie briochée et légèrement safranée, la cuchaule fait le bonheur des gourmands lors de la traditionnelle Bénichon ou sur la table du petit déjeuner. Depuis 2018, une appellation d'origine protégée valorise ce produit emblématique de la boulangerie fribourgeoise.

Dégustation en compagnie d'un de ses ambassadeurs, l'artisan-boulangier Jean-Luc Delabays.

C'

— TEXTES LISE-MARIE TERRETTAZ  
PHOTOS SACHA BITTEL

est une tradition depuis la nuit des temps. Le deuxième dimanche d'octobre, elle constitue la mise en bouche incontournable du menu de Bénichon. Beurrée et nappée d'une couche de la moutarde aigre-douce typique de cette fête emblématique du canton de Fribourg, la cuchaule ouvre le bal des réjouissances gastronomiques, apportant une note de douceur avant la soupe aux choux, le salé, le gigot ou le ragoût d'agneau.

«Aujourd'hui, elle se modernise», sourit Jean-Luc Delabays. «On la sert à d'autres occasions, parfois coupée

*en petits cubes comme apéritif ou en mini-portions fourrées avec du saucisson. D'autres la toastent pour accompagner un foie gras.»*

### UN PRODUIT ANCESTRAL

L'artisan-boulangier de Grandvillard sait tout ce qu'il y a à savoir sur cette brioche «qui est à la boulangerie fribourgeoise ce que le pain de seigle est à celle du Valais». Comme ses parents avant lui, le Gruérien fabrique cette spécialité qui a rejoint en 2018 le vacherin, le Gruyère et la poire à botzi dans la liste des produits valorisés par une appellation d'origine protégée (AOP).

ooo

## LE TERROIR ROMAND

### Un délice pur terroir et une pincée d'exotisme

ooo La première mention écrite qui y fait référence remonte à une sentence arbitrale de 1558 mais les historiens l'estiment plus ancienne encore. Alors que le quotidien était limité au pain noir, certains ont voulu créer un pain de fête pour la Bénichon, ce moment où les paysans célébraient la fin des travaux agricoles et remerciaient ceux qui les avaient aidés.

Ainsi est née la cuchaule, confectionnée à base de farine de froment blanche, de lait, de beurre et d'œufs entiers. «Sans oublier le safran: c'est le seul ingrédient qui ne vient pas d'ici mais il est toléré dans l'AOP parce qu'il était commercé déjà par les marchands qui livraient draps et fromages à Lyon et en ramenaient des épices. Celle-là est étroitement liée à la cuchaule, depuis le xv<sup>e</sup> siècle au moins.»

#### UN TRAVAIL DE PRÉCISION

Au fil des siècles, la recette est demeurée inchangée, inspirée par son terroir. «C'est en partie pour cela qu'il a été relativement facile de mettre en place le cahier des charges de l'AOP. Les matières premières étaient déjà produites dans le canton, il a juste fallu travailler sur leur qualité», relève celui qui est aussi vice-président de l'Interprofession de la cuchaule AOP.

«Il y a bien eu quelques résistances. Certains boulangers ne voulaient rien changer à leur façon de faire, par exemple parce qu'ils utilisent de la poudre de lait plus pratique que le lait frais ou des farines étrangères au canton pour des questions de coût. Mais vu le succès rencontré auprès des consommateurs, rares sont ceux qui n'adhèrent pas à la charte. D'autant qu'elle prévoit une tolérance par rapport à certaines quantités.»

«Le safran est le seul ingrédient qui ne vient pas d'ici mais qui est toléré dans l'AOP. Cette épice est étroitement liée à la cuchaule, depuis le xv<sup>e</sup> siècle au moins.» JEAN-LUC DELABAYS

La devanture du commerce de Jean-Luc Delabays à Grandvillard, dans le district de la Gruyère.

Si l'AOP distingue sa forme ronde, le safran et le vernissage à l'œuf comme marques de typicité, la cuchaule garde la marque du professionnel qui y met son grain de sel. «Ce qui fait la différence, c'est surtout le respect des fermentations. Il faut compter deux heures avant de bouler la pâte et encore une grosse heure avant de la mettre au four», détaille Jean-Luc Delabays. «Celui qui veut travailler trop vite n'arrivera jamais à un bon résultat.»

Pour sa part, il mise sur des levains pour bien la faire démarrer: «Sans cela, comme elle est très riche, elle a du mal à lever. Cette méthode s'était perdue car elle demande du

temps et implique un retour au laboratoire le soir mais elle est revenue au goût du jour grâce à la cuchaule, à laquelle elle confère en plus un supplément de goût.»

Ce travail de précision est difficile à concilier avec une production industrielle: «Il est impératif de bien suivre les étapes au moment d'intégrer les ingrédients. Et de soigner les détails, par exemple pour la dorure à l'œuf.»

#### DÉFENDRE UN PRODUIT PHARE

La cuchaule AOP est devenue le produit phare de la boulangerie Delabays, qui a



Un classique au vin cuit et aux épices.



### Pour le plaisir des papilles

#### ENTRE SUCRÉ ET SALÉ, TRADITION ET MODERNITÉ

La cuchaule peut se déguster nature ou, selon la tradition, en tartine avec du beurre et de la moutarde de Bénichon. Dans le registre sucré, elle se marie avec les gelées, confitures, miel ou chutneys. Côté salé, on peut l'associer à du Gruyère ou du Vacherin fribourgeois AOP, du jambon de la borne, de la viande séchée, de la charcuterie ou toastée avec du foie gras, des tartares de poisson ou de bœuf. La cuisine moderne apprête ce produit traditionnel de manière originale. Le site de la Cuchaule AOP la propose ainsi avec des œufs à la florentine ou l'imagine en burger revisité (Mac'cuchaule) ou façon pain perdu avec du Vacherin fribourgeois et des pommes golden.

INFOS PRATIQUES  
[www.cuchauleaop.ch](http://www.cuchauleaop.ch)



**Miam!**

Ronde, légèrement aplatie, avec des losanges sur la croûte, la Cuchaule AOP a un poids maximum de 1,1 kg. Sa couleur extérieure est dorée à brune, vernissée, sa mie jaune safranée.



## CUCHAULE AOP LA RECETTE OFFICIELLE

**MOYENNE  
BON MARCHÉ**

**Préparation: 30 minutes sans compter le temps de fermentation de la pâte  
Cuisson: 30 à 40 minutes.**

- ▶ 1000 g de lait entier\* ▶ 2000 à 2200 g de farine de froment\*
- ▶ 200 à 300 g de beurre de cuisine ou de fromagerie\* ▶ 200 à 300 g de sucre cristallisé suisse ▶ 30 à 40 g de sel de cuisine suisse ▶ 0,5 à 1 g de safran pur (en brin ou en poudre) ▶ 50 à 100 g de levure de boulangerie ▶ 50 à 100 g d'œufs entiers\* ▶ env. 400 g de pâte fermentée ou levain (au maximum 10% de la masse)
- ▶ œufs entiers ou jaune d'œufs (de provenance fribourgeoise) délayés pour la dorure

Les ingrédients secs et le lait sont mélangés avec ménagement jusqu'à l'obtention d'une masse homogène. On y ajoute le beurre et on pétrir le tout plus vigoureusement pour obtenir une pâte souple. Elle doit fermenter au minimum 3 heures entre la sortie du pétrin et la cuisson. Façonnés en demi-boules à la main, les pâtons reposent 30 minutes au minimum avant d'être dorés à l'œuf et incisés en forme de losanges, au couteau. Une fois la pastille d'identification apposée, la cuisson s'effectue à température moyenne, durant 30 à 40 minutes pour une cuchaule de 500 g.

*\*de provenance fribourgeoise*



remporté les deux derniers concours éponymes organisés par l'Interprofession et l'Association des artisans boulangers-pâtisseries-confiseurs du canton. «Il y a quarante ans, on ne la fabriquait qu'à la Bénichon. Puis on s'y est mis tous les week-ends et depuis l'entrée en vigueur de l'AOP, c'est tous les jours. Suivant la période, on fait entre 150-200 et 600-1000 pièces par semaine», relève celui qui est dans le métier depuis 36 ans.

C'est dire si la labellisation a donné un coup de fouet à la vénérable brioche. L'Interprofession en a fait un argument marketing, ciblant la Suisse romande et les cantons voisins en Suisse alémanique. «La cuchaule ne se prête pas à l'exportation puisqu'elle doit se vendre dans les 24 à 48 heures qui suivent sa sortie du four.» En valorisant ce délice ancestral, l'AOP permet aussi de soutenir toute une filière

de production. «Nous n'avons pas instauré ce label pour nous amuser», insiste l'artisan-boulangier. «Pour lutter contre la concurrence croissante des produits pré-cuits industriels ou importés, nous devons nous montrer solidaires. Le paysan qui livre son lait ou ses œufs, les producteurs de céréales, les meuniers ou les fromageries en bénéficient aussi.» Vous en reprendrez bien une petite tranche? ◉