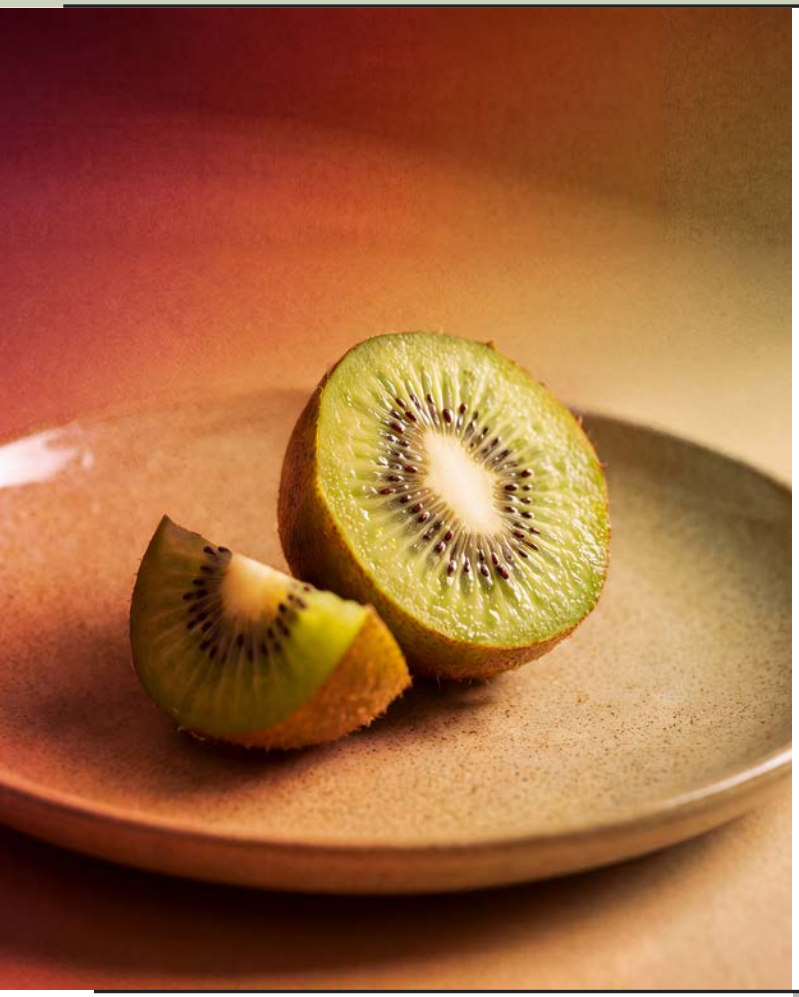
La Gazette

BioVaud | Octobre 2026 | N°14

Saveurs de fin d'année



LE SALON OÙ LES GOÛTS DU TERROIR S'ACCORDENT

Les 20 et 21 novembre, à l'Espace Amaretto à Lausanne, venez déguster des vins bio de toute la Suisse et une sélection de produits gourmands.

Au programme : rencontre avec les productrices et producteurs, dégustations, ateliers, achats de fin d'année et une **grande Tavolata** !

p. 6-7

PORTRAIT
LA TÊTE DANS LES ÉTOILES, LE COEUR À LA VIGNE
P. 5

RECETTES
APÉROS DE FÊTE PROTÉINÉS
P. 14 -15

PROJET
LES PIWI ONT-ILS TROUVÉ LEUR STYLE?
P. 9

PROJET
LE RETOUR DE LA FÉVEROLE DANS NOS ASSIETTES
P.17

bio saveurs

le salon des vins & accords

20 21 nov 2026

Vins vivants
Plaisirs gourmands
Idées cadeaux

60 vigneron·nes et
artisan·nes bio suisses

Tavolata

Grande table vigneronne
Sélection de vins

Ateliers

Lausanne
espace
amaretto

Infos et billets sur biosaveurs.ch

BIOSUISSE · canton de vaud · LE GRUYÈRE Bio · bio.inspecta · VIGNE AVENIR · FiBL · demeter · BIOVAUD
Terre&Nature · GWS aux services du vin · éticolle · LA SEMAINE DU GOÛT · BioConsommActeurs · Agri · Slow Wine · AMARETTO

À déguster avec modération.
Suisse. Naturellement. SWISS WINE

Photo © isocellphoto.ch

MANGER, C'EST BIEN PLUS QUE SE NOURRIR

Il paraît que nous mangeons trois fois par jour. Enfin, en principe. Parce qu'entre le sandwich avalé devant l'ordinateur, le repas réchauffé en vitesse et le dîner pris chacun à une heure différente, je me demande parfois si nous mangeons encore vraiment ensemble. Pourtant, il suffit de peu de choses pour que la cuisine redevienne un lieu de vie. Une casserole sur le feu, quelques légumes à découper, une odeur qui se répand dans la maison. Quelqu'un goûte, ajoute un peu de sel. Un autre propose de mettre davantage d'herbes. On discute. On rit. Et, sans s'en rendre compte, nous faisons beaucoup plus que préparer un repas.

Cuisiner, c'est avant tout partager. Partager des gestes, des recettes, des souvenirs. Il y a les plats de notre enfance, ceux de nos grands-parents, ceux que l'on a découverts en voyage. Il y a les recettes que l'on respecte à la lettre et celles que l'on transforme complètement. La cuisine est probablement l'un des rares endroits où l'on peut perpétuellement transmettre sans avoir besoin de donner une leçon.

Et puis il y a le goût. Le goût d'une tomate mûrie au soleil, d'une pomme croquée directement dans le verger, d'un pain dont on reconnaît la farine. Le goût n'est pas seulement une affaire de palais. C'est aussi une affaire de mémoire et de territoire.

C'est peut-être cela que nous oublions parfois lorsque nous parlons d'alimentation : avant d'être une marchandise, la nourriture est une histoire humaine. Elle nous parle de sols vivants, de biodiversité et de saisons, mais aussi de femmes et d'hommes qui font vivre nos campagnes et nos terroirs. L'agriculture ne consiste donc pas uniquement à produire : elle participe à cette histoire et la perpétue.

Alors, peut-être que promouvoir l'agriculture devrait commencer tout simplement, en achetant un produit de chez nous, en demandant qui l'a produit, en prenant le temps de le cuisiner et en invitant quelqu'un à partager ce moment.

Merci à nos productrices, producteurs, artisanes et artisans du goût de nous permettre cela !

Gérald Huber,
Président de BioVaud

La Gazette BioVaud n°14 est encartée dans l'édition de Terre&Nature du 29 Octobre 2026 Terre&Nature Publications SA – Chemin des Tuilières 3 – 1028 Préverenges **Rédactrice en chef** Alicia Meuli-Egger **Mise en page** Sophie Siffert **Ont participé à ce numéro : Textes** Gérald Huber, Alicia Meuli-Egger, Alexane Eggen, Sophie Siffert et Jordi Renard **Photos** Isocellphotos, Magali Grosclaude, Alexane Eggen, Sophie Siffert, BioVaud, domaine public **Tous droits réservés** En vertu des dispositions légales relatives aux droits d'auteur ainsi qu'à la loi contre la concurrence déloyale et sous réserve de l'approbation écrite de l'éditeur, sont notamment interdites toutes réimpression, reproduction, copie de texte rédactionnel ou d'annonce ainsi que toute utilisation sur des supports optiques, électroniques ou tout autre support, qu'elles soient totales ou partielles, combinées ou non avec d'autres œuvres ou prestations. L'exploitation intégrale ou partielle des annonces par des tiers non autorisés, notamment sur des services en ligne, est expressément interdite.

DOMAINE DE
LA DEVINIÈRE

Willy & Camille Cretegny | vignerons-encaveurs

BIOSUISSE

Vins et jus de raisin bio

1242 Satigny | Genève
www.la-deviniere.ch
info@la-deviniere.ch
022 753 22 87

BioConsommActeurs

Liste des avantages :
Fermes, magasins, producteurs,
Bien-être et santé, construction, etc.

Pour devenir membre :
bioconsommacteurs.ch/membres/
devenir-membre/

LA TÊTE DANS LES ÉTOILES ET LE COEUR À LA VIGNE

Peut-être les aurez-vous déjà aperçus dans différents salons, ses vins bio et nature interpellent rien que par leurs étiquettes. Mystérieuses et envoûtantes, d'un bleu profond parsemé de symboles divers, ses bouteilles se veulent belles de l'extérieur, comme de l'intérieur. Nous rencontrons leur créatrice, Roxane Fenal, vigneronne sur la Côte, gérante de son micro-négoce InterCellar depuis 2021. Portrait.

C'est lors de ses premières années de Bachelor en gestion d'entreprise à l'Université de Genève, que Roxane Fenal décide de prendre des cours de dégustation de vins à Changins. « J'ai toujours aimé boire du vin avec mes amis et ma famille, j'aimais la culture autour. Le vin, c'était l'un de ces produits où on a l'impression de ne pas s'y connaître. Sentiment que je n'ai jamais eu avec la bière ou la téquila », plaisante-t-elle.

Curieuse, la jeune femme se lance dans un Master en Marketing et Management des vins et spiritueux à Bordeaux. Elle se mêle à d'autres personnes passionnées. C'est lors d'un stage au Château Pontet-Canet à Pauillac qu'elle découvre la biodynamie avec le régisseur du domaine : « un coup de cœur », décrit-elle. Avant même d'avoir terminé son Master, Roxane Fenal savait ce qu'elle souhaitait apprendre ensuite : comment faire du vin.

De retour en Suisse, elle termine en 2015 un Bachelor en Viticulture et Œnologie à Changins. Ses quelques stages en cultures biodynamiques et les années d'expérience professionnelle en domaines vitivinicoles lui donnent ensuite l'envie de créer sa propre activité. InterCellar, micro-négoce, naît en 2021.

« Mon intérêt pour la biodynamie vient de mon premier stage. Le régisseur du domaine était très connaisseur de cette méthode et de Steiner [ndlr. Rudolf Steiner, anthroposophe qui a posé les premiers dogmes quant à la biodynamie dans les années 1920]. Ça a tout de suite eu du sens pour moi. Avant d'être une certification ou une philosophie, la biodynamie est pour moi le bon sens agricole », explique la vigneronne.

Les raisins avec lesquels elle travaille proviennent principalement de vignobles bio à Féchy et Mont-sur-Rolle. « J'ai aujourd'hui la chance de travailler avec deux-trois vignerons qui connaissent parfaitement leur parcelle. Ils ont vécu plein de millésimes, leur savoir-faire ne peut pas s'acheter. Je reçois des raisins d'une grande qualité », affirme Roxane Fenal. Cette dernière propose des vins bio, ainsi que deux vins nature. « Je me suis certifiée Bio Suisse car c'est important pour moi de communiquer aux consommateurs les efforts réalisés », explique la lauréate de la médaille d'or pour les blancs nature au Concours BioVino 2026.

Les fermentations sont spontanées avec des élevages longs en fûts, sans levure ajoutée. La mise en bouteille est faite par gravité à partir du fût. « Chez moi les vinifications, c'est beaucoup d'observation et d'intention. J'interviens le moins possible. Avant de les mettre en bouteille, je vais à leur rythme. Certains prennent plus de temps que d'autres. Ils sont comme moi, un peu lents au démarrage », glisse-t-elle en rigolant.

Chez InterCellar, l'extérieur des bouteilles cherche également à transmettre une expérience. Chaque vin a sa personnalité, une histoire, révélée lorsque l'on fait défiler l'étiquette. Chaque gamme présente un symbole terrestre, qui se dissipe progressivement en explosion céleste. « L'idée est de montrer une transformation du terrestre à l'astral, pour illustrer que l'on fait tous partie d'un ensemble, partage la vigneronne. Comme quand on fait du vin, on n'est jamais seul dans le processus, c'est tout un monde. Le vin lui-même est un liant social depuis des millénaires. »

La jeune femme admet vouloir un jour trouver un domaine viticole à reprendre. « J'ai envie moi aussi de cultiver mon propre raisin, car selon moi le vin se fait à la vigne. Mais pour l'heure, je souhaite continuer d'accompagner au mieux mes raisins vers un idéal de vin et de proposer des produits qui plaisent ». Roxane Fenal sera présente au Salon BioSaveurs les 20 et 21 novembre à Lausanne.

Alexane Eggen

BioVino 2025, Espace Amaretto Lausanne

bio saveurs
le salon des vins & accords

20 21 nov 2026 Lausanne

Le salon où les goûts du terroir s'accordent

BioSaveurs revient à Lausanne avec une nouvelle formule. Héritier de BioVino, le salon réunit vins bio, biodynamiques et nature et produits gourmands issus des terroirs, présentés directement par celles et ceux qui les élaborent.
Vins, gourmandises, découvertes et rencontres : deux jours pour goûter, échanger et préparer ses tables et cadeaux de fin d'année.

DÉROULEMENT DE LA VISITE

Dès leur arrivée, les visiteur·euse·s pourront emprunter un verre de dégustation et partir à la découverte d'une belle diversité de vins : rouges, blancs, oranges, bio, biodynamiques ou nature. Côté gourmandises, les papilles voyageront entre tartinades, crackers, houmous, fromages, légumes fermentés, ail noir, raisinée, pains, pâtés et autres spécialités du terroir. Des alternatives innovantes et sans alcool seront également présentées, ainsi que du cidre.

Directement proposés par les exposants, des ateliers et animations viendront ponctuer la visite : confection de raisinée, pressurage de pommes, présentation du verjus ou encore exploration des différentes étapes de la fermentation des légumes.

ICI, L'APÉRO, C'EST VOUS QUI LE COMPOSEZ

Chacun.e compose son apéro au gré de ses découvertes. Le principe est simple : on goûte, on échange, puis on compose son casse-croûte selon les produits qui plaisent. Les produits pourront être achetés et dégustés sur place, mais aussi emportés à la maison ou glissés dans un panier cadeau à l'approche des fêtes.

quelques chiffres

40 vigneron·ne·s bio de toute la Suisse

100 % bio

20 producteur·trice·s et ateliers gustatifs

100 % suisse

INFOS PRATIQUES

Vendredi 20 novembre · 16h–21h
Samedi 21 novembre · 15h–21h

Espace Amaretto
Rue de Genève 97 B, Lausanne

Entrée simple à CHF 15.-
Inclus : 1x Accès dégustation et ateliers

Entrée double avec bon d'achat : CHF 30.-
Inclus : 2x Accès dégustation et ateliers + 1x Bon de CHF 20.- valable à l'achat d'un carton de vin.

Billetterie

Vigneron·ne·s

Atelier fa — La Chaux-de-Fonds
Bain de Minuit — Chez-le-Bart
Cantina Cavallini — Cabbio
Cave Clair Obscur — Perroy
Cave de l'Orlaya — Fully
Cave Le Bosset, vins de sens — Leytron
Cave Petite-Vertu — Chamoson
Cave Vinnà Réva — Fully
Château de Favières — Rolle
Clos Calamin — Cully
Delaharpe Karine & Yann Menthonnex — Bursins
Domaine Antoine Bovard c/o Denis Bovard — Cully
Domaine de la Devinière — Satigny
Domaine de La Riva — Yvorne
Domaine de Miolan — Choulex
Domaine du Château de Denens — Denens
Domaine du Cotrable — Villars-sous-Yens
Domaine Gérald Besse — Martigny-Croix
Domaine Le Luissalet — Bex
Domaine Les Dryades — Rivaz
Domaine Les Hutins — Dardagny
Domaine Mettaz — Fully
Domaines de la Ville de Lausanne — Lausanne
Harry Zech Weinbau — Liechtenstein
Hauksson Weine — Rüfenach
InterCellar — Mont-sur-Rolle
Jordi Renard – Maison Vulpin — Villeneuve
Jürg Hartmann Weinbau — Malans
La Cave des Saules — Luins
La Rodeline — Fully
La Sauvageraie — Bonvillars
Le Clos de Céligny — Céligny
Le Satyre — Begnins
Liesch Weinbau — Malans
Maison Cap — Ligerz
Manimatte — Bellinzona
Ô Fâya Farm — Aven
VINIMAB — Veyrier
Weingut Schifferli — Malans

Grande Tavolata vigneronne

SAMEDI 21 NOVEMBRE · DÈS 11H30

Une grande table, un menu bio et local à partager, accompagné d'une sélection de vins suisses bio à discrétion, puis un accès au salon BioSaveurs. Limité à 100 places.

11H30 — L'APÉRO
Plateaux d'apéros paysans à partager
Avec le Chasselas "4 Saisons" du Clos de Céligny (GE), gagnant du Concours BioVino 2026.

12H00 — À TABLE !
Entrées & salades de saison

Papet vaudois
à la saucisse aux chou de sanglier
ou tofu à la mode du chef
Avec l'Humagne rouge de Daniel Magliocco & Fils (VS), élue meilleur vin du Concours BioVino 2026.

Trio de desserts
Crème au verjus · Tarte à la raisinée · Meringue
Café

14H30 — LE SALON AVANT TOUT LE MONDE
Accès privilégié aux stands avant l'ouverture publique à 15h. L'entrée reste valable jusqu'à 21h.

CHF 95.– TOUT COMPRIS

Places limitées, réservation requise

Repas bio et local par Les Artisans Cuisiniers
Vins à discrétion pendant le repas
Happy Faby, eau & café
Entrée à BioSaveurs jusqu'à 21h

Atelier - Du chou à la choucroute : découvrez la magie de la fermentation

VENDREDI 20 & SAMEDI 21 NOVEMBRE À BIOSAVEURS

Comment des légumes, un peu de sel et du temps peuvent-ils donner naissance à de nouvelles saveurs ? Avec Laurent de Fermentierra, embarquez pour un voyage gustatif à la découverte de la lactofermentation.

Au fil d'une démonstration de 30 minutes, découvrez les légumes à différentes étapes de leur transformation : observez, goûtez et comprenez ce qui se passe dans le bocal. Une animation pour les curieux et les gourmands, qui vous permettera de démystifier la fermentation et vous donnera envie de vous lancer à la maison !

LAUSANNE
ESPACE AMARETTO
11–20H

VIN-NATURE.CH
ASSOCIATION SUISSE
VIN NATURE

6E FESTIVAL VIN NATURE SUISSE–23.11.26

BIOSUISSE · canton de vaud · LE GRUYÈRE Bio · bio.inspecta · VIGNE AVENIR · FiBL · demeter · BIOVAUD

Terre&Nature · GVS aux services du vin · éticolle · LA SEMAINE DU GOÛT · BioConsommActeurs · Agri · Slow Wine · AMARETTO

À déguster avec modération.
Suisse. Naturellement. SWISS WINE

photo : BioSuisse © Maya Frommelt

LES PIWI ONT-ILS TROUVÉ LEUR STYLE ?

Ils résistent mieux aux maladies et permettent de réduire les traitements à la vigne. Mais une fois les raisins récoltés, que valent vraiment les cépages PIWI ? Pour le savoir, le FiBL s'intéresse à ce qui se passe en cave.

Quand on parle de cépages PIWI, on parle de variétés de vigne naturellement plus résistantes à certaines maladies, notamment au mildiou et à l'oïdium. Si leurs qualités agronomiques sont désormais bien connues, leur potentiel œnologique reste encore à explorer. C'est précisément à cette question que s'intéresse Michaël Farny, chercheur à l'Institut de recherche de l'agriculture biologique FiBL, à Lausanne.

Dans le cadre de son projet PiWinemaking, le chercheur a choisi de travailler sur quatre cépages déjà cultivés dans des domaines suisses : deux blancs, le sauvignac et le souvignier gris, et deux rouges, le divico et le cabernet Jura.

Pour comparer leurs profils, Michaël Farny a travaillé avec plusieurs domaines viticoles vaudois et genevois. Les raisins ont été transformés en petites cuvées selon un protocole commun, avec quelques variantes de vinification. Les vins ont ensuite été analysés et dégustés par un panel d'experts. L'objectif: identifier les caractéristiques propres à chaque cépage et voir dans quelle mesure les choix de vinification peuvent en modifier l'expression.

Chacun son caractère

Les premières dégustations font apparaître des profils distincts selon les cépages. Le souvignier gris se distingue notamment par ses notes de fruits du verger, le divico exprime davantage les fruits noirs, quant au cabernet Jura, il se démarque notamment par ses caractères épicés.

Les résultats montrent aussi que le cépage n'est pas le seul à façonner le profil du vin. Les pratiques de vinification peuvent elles aussi modifier sensiblement son expression. « Le cépage n'est en effet qu'une partie de l'équation : les choix réalisés en cave jouent eux aussi un rôle important », explique Mickaël Farny.

Des recherches qui se poursuivent

Reste maintenant à mettre ces résultats en perspective avec les connaissances acquises dans d'autres régions. Mais le projet ne s'arrête pas aux éprouvettes et aux dégustations. « En réunissant des domaines qui expérimentent déjà les PIWI, nous souhaitons aussi créer un réseau où les expériences peuvent être partagées, les pratiques comparées et les connaissances mises en commun », conclut le scientifique.

Alicia Meuli-Egger

6E FESTIVAL VIN NATURE SUISSE - 23.11.26

Des vins libres, une centaine de cuvées à découvrir et des vigneron·ne·s venu·e·s de toute la Suisse.

Envie de sortir des sentiers battus ? Le Festival Vin Nature Suisse réunit à Lausanne des vigneron·ne·s passionné·e·s autour d'une dégustation conviviale et décontractée. Une centaine de cuvées à explorer, des échanges, des découvertes et une autre manière d'aborder le vin.

Les vins présentés répondent à la charte de l'ASVN : des raisins bio ou biodynamiques, pressés et fermentés sans intrants. Le vin dans son expression la plus pure.

INFOS PRATIQUES

Entrée CHF 20.-
Gratuit pour les professionnels
billeterie / inscription sur **vin-nature.ch**

Lundi 23 novembre
de 11h à 20h

Espace Amaretto,
Rue de Genève 97B,
Lausanne

Petite restauration
bio sur place

Billetterie

Domaines présents

Atelier FA — La Chaux-de-Fonds
Bain de Minuit — Chez-le-Bart
Cave Clair Obscur — Perroy
Cave Florian Besse — Martigny-Croix
Cave Le Bosset — Leytron
Cave Saint-Germain — Moutier
Cave Vinnà Réva — Fully
Château de Crans — Crans
Clos Calamin — Cully
Cru de l'Hôpital — Môtier (Vully)
Domaine Antoine Bovard — Treytorrens (Cully)
Domaine Christinat — Le Sépey
Domaine de Beudon — Fully
Domaine de la Mermière — Soral
Domaine de La Riva — Lausanne
Domaine de Miolan — Choulex
Domaine du Chambet — Gy (GE)
Domaine du Cotrable — Villars-sous-Yens
Domaine Henri Cruchon — Echichens
Domaine Les Hutins — Genève
Domaine Mettaz — Fully
Domaine Saint-Sébaste — Saint-Blaise
Hauksson Weine — Rüfenach
InterCellar — Mont-sur-Rolle
La Sauvageraie — Bonvillars
Liesch Weinbau — Malens
Le Murmure — Meikirch
Les 4 Saisons — Bex
Maison Vulpin, Jordi Renard — Villeneuve
PuR Raisin / Arnaud Siegfried — Bulle

Le vin orange : un blanc qui voit la vie en orange !

Ni blanc, ni rosé, ni rouge… Le vin orange intrigue autant par sa couleur que par son caractère. Pourtant, cette méthode de vinification n'a rien de nouveau ! Elle remonte à plusieurs millénaires, notamment en Géorgie, où le raisin était traditionnellement vinifié dans de grandes jarres en terre cuite appelées qvevris, enterrées dans le sol.

Mais comment obtient-on cette jolie couleur ambrée ?

Tout commence avec des raisins blancs. Contrairement à une vinification classique en blanc, où le jus est rapidement séparé des peaux via un pressuarge, le vin orange est élaboré en laissant macérer le jus avec les peaux, et parfois les pépins et les rafles, pendant plusieurs jours, voire plusieurs semaines ou mois.

Cette macération apporte de la couleur, des tanins, de la structure et une belle complexité aromatique. On découvre alors des notes d'écorces d'agrumes, de fruits secs, de thé ou encore d'épices.

Et dans quel contenant ?

Il n'y a pas de règle unique ! Le vin orange peut être élaboré et élevé en cuve inox, en fût de bois, en amphore de terre cuite ou encore en cuve béton. Chaque contenant influence à sa manière l'évolution du vin, notamment par son degré de perméabilité à l'oxygène.

Le résultat ? Un vin surprenant, parfois légèrement tannique, qui se déguste volontiers avec des fromages affinés, des plats épicés ou une cuisine asiatique.

Le Blouge : quand le blanc rencontre le rouge !

Son nom donne déjà un indice : BLanc + rOUGE = BLOUGE !

Derrière ce nom amusant se cache un vin libre, gourmand et plein de fraîcheur. Le principe est simple : associer du vin blanc et du vin rouge pour créer une cuvée originale, à mi-chemin entre les deux univers.

Le Blouge peut être obtenu par assemblage de vins déjà vinifiés, mais aussi par cofermentation de raisins blancs et rouges. Les proportions varient selon le style recherché.

Le blanc apporte généralement de la fraîcheur, de la vivacité et parfois une touche florale, tandis que le rouge offre du fruit, de la couleur et une légère structure tannique.

Le résultat est souvent un vin léger, juteux, peu tannique et particulièrement facile à boire. Sa robe peut aller du rouge très clair au rubis lumineux.

Comment le déguster ?

Légèrement rafraîchi, autour de 12 à 14 °C, le Blouge est parfait pour l'apéritif, un pique-nique, une planche de charcuterie ou un repas entre amis.

Deux styles, une même philosophie : sortir des sentiers battus, jouer avec les méthodes de vinification et surtout se faire plaisir. Car après tout, le vin est aussi une histoire de curiosité, de découverte et de partage !

Jordi Renard,
Maison Vulpin

Mikaël Magliocco & Paloma Garcia Magliocco

Bertrand Favre, Domaine de Miolan

CONCOURS DES VINS SUISSES BIO & NATURE 2026

BioVino réunit l'ensemble de la production suisse de vins biologiques certifiés Bio-Fédéral, Bourgeon Bio Suisse, Demeter et Reconversion.

Pour cette édition 2026, le concours a rassemblé **75 vigneron·ne·s**, représentant **309 vins** issus de **19 régions ou AOC**. Parmi eux, **11 % de vins nature**. Les vins ont été évalués par **47 juges**. Au total, 61 médailles d'Or ont été décernées ainsi que 31 médailles d'Argent et 3 prix spéciaux.

PRIX SPÉCIAUX

MEILLEURE **CAVE**
SUISSE BIO 2026

Daniel Magliocco & Fils
St-Pierre-de-Clages (VS)

181,2 / 200

Blanc | **89,2** | **Païen 2025**
Rouge | **92,0** | **Humagne 2024**

MEILLEUR **VIN**
SUISSE BIO 2026

Humagne 2024
Daniel Magliocco & Fils

92,0 / 100

MEILLEURE **CAVE**
SUISSE NATURE 2026

Domaine de Miolan
Choulex (GE)

177,2 / 200

Blanc | **90,0** | **Les Défis Scheurebe 2025** | **Scheurebe nature**
Rouge | **87,2** | **Les Griottes 2024** | **Gamay nature**

PALMARES 2026

CHASSELAS

1. **90,6 | «4 saisons» 2023, AOC Genève**
   Le Clos de Céligny
2. **90,0 | Château d'Es-Bons Chasselas GC 2024, AOC La Côte**
   Cave de la Côte
3. **89,8 | Schafiser Chasselas Séléction 2025, AOC Bielersee**
   Rebgut Stadt Bern

MONOCÉPAGE BLANC

1. **90,8 | Diversitas Riesling 2024, AOC Valais**
   Riesling. Cave du Rhodan
2. **90,4 | Rigiwii – Solaris 2025, AOC Luzern**
   Solaris. Rigiwii – Remo Müller
3. **90,2 | Au seul Bruit – Räuschling 2025, AOC Vully**
   Räuschling. Javet & Javet

ASSEMBLAGE BLANC

1. **90,2 | Escargot Blanc 2025, AOC Vaud**
   Caves Laurent Munier
2. **89,6 | La Céleste 2022, Bursins Grand Cru AOC La Côte**
   Domaine Delaharpe
2. **89,6 | Exotica 2024, Vin de Pays Suisse**
   Domaine Butticaz
3. **89,4 |1848 blanc 2025, AOC Bielersee**
   Rebgut Stadt Bern

ROSÉ ET BLANC DE NOIR

1. **89,8 | Rose Rose 2025, AOC Genève**
   Domaine les Hutins
2. **89,33 | Cuvée Eros 2025, AOC La Côte**
   Domaine Delaharpe
3. **88,4 | Rosé de Pinot Noir 2025, AOC Vully**
   Cave et Domaine du Petit Château

NATURE BLANC ET ORANGE

1. **90,8 | Chasselas Nature 2023, M.-sur-Rolle GC AOC La Côte**
   Chasselas. InterCellar
2. **90,0 | Les Défis Scheurebe 2025, AOC Genève**
   Scheurebe. Domaine de Miolan
3. **88,8 | l'EffiJie 2024, AOC Genève**
   Gewurztraminer. Domaine les Hutins

PINOT NOIR

1. **90,2 | Pinot Noir Les Planes 2023, AOC Vully**
   Cave et Domaine du Petit Château
1. **90,2 | Pinot Noir 2023, Morges AOC La Côte**
   Domaine du Cotrable
1. **90,2 | AimeTerre Pinot Noir 2023, AOC Vully**
   Javet & Javet
2. **90,0 | Le Burgonde 2022, Bursins Grand Cru AOC La Côte**
   Domaine Delaharpe
3. **89,4 | Furie 2024, AOC La Côte**
   Domaine du Brantard

MONOCÉPAGE ROUGE

1. **92,0 | Humagne 2024, AOC Valais**
   Humagne. Daniel Magliocco & Fils
2. **90,6 | Carminoir 2023, VdP des Trois Lacs**
   Carminoir. Lavanchy Vins SA
3. **90,17 | Purist - Merlot 2024, AOC Bonvillars**
   Merlot. Cave de Bonvillars

ASSEMBLAGE ROUGE

1. **90,6 | Evolution 2023, AOC Genève**
   Domaine de la Devinière
2. **90,0 | Les Noires 2023, AOC Aargau**
   Weingut FiBL
3. **89,2 | Mustique du Rhodan 2024, Vin de Pays Suisse**
   Cave du Rhodan

NATURE ROUGE

1. **89,2 | Divico 2023, AOC Valais**
   Divico. Cave Le Bosset
1. **89,2 | Divico nature 2025, VdP des Trois Lacs**
   Divico. Domaine Saint-Sébaste
2. **88,4 | Château d'Es-Bons Terre d'Alleu 2023, AOC La Côte**
   Merlot,Cabernet franc, Gamaret. Cave de la Côte
3. **88,0 | Cioban Noir 2024, Saint-Saphorin AOC Lavaux**
   Gamaret, Divico. Clos Calamin Sàrl

VIN EFFERVESCENT

1.

1.

GRANDIR, BOUGER, VIEILLIR : À QUOI SERVENT LES PROTÉINES ?

Vieillir en restant fort, mobile et autonome commence bien avant les cheveux blancs. Ce que l'on construit et entretient aujourd'hui peut nous éviter bien des difficultés demain. Les protéines participent au maintien du capital musculaire tout au long de la vie et aident, avec l'âge, à limiter la fragilité et la perte de mobilité.

DES PROTÉINES À CHAQUE ÂGE

Enfance — Construire
Muscles, peau, organes… le corps est en plein chantier. Les protéines fournissent une partie des matériaux nécessaires pour grandir et renouveler les tissus.

Adolescence — Consolider
La croissance s'accélère et le corps se transforme. Des apports suffisants accompagnent le développement musculaire et permettent de construire une base solide pour l'âge adulte.

Âge adulte — Entretenir son capital
On ne grandit plus, mais le corps continue de se renouveler. Les protéines aident à entretenir la masse musculaire, à récupérer après l'effort et à préserver ce précieux capital pour les années à venir.

Avec l'âge — Préserver sa force
Avec les années, la masse musculaire diminue naturellement. Associées à une activité physique régulière, les protéines contribuent à préserver la masse musculaire et à conserver force, mobilité et autonomie plus longtemps.

Le bon réflexe : plutôt que de concentrer les protéines sur un seul repas, penser à en apporter régulièrement au fil de la journée.

GOURMAND, FESTIF ET ÉQUILIBRÉ

À l'apéritif comme en entrée, les aliments riches en protéines rassasient davantage et aident à profiter du repas sans arriver affamé au plat principal.

Fromage, volaille, œufs ou légumineuses, accompagnés de fruits et légumes : quelques bouchées bien choisies suffisent à donner le ton.

ALLÉGER LES SAUCES, PAS LE PLAISIR

Les sauces font partie du plaisir des fêtes, mais crème et mayonnaise peuvent vite les alourdir. Quelques alternatives permettent de garder l'onctuosité tout en apportant davantage de protéines.

Le tofu soyeux, mixé avec un peu de bouillon et des herbes, peut remplacer tout ou une partie de la crème dans les sauces chaudes. Pour les sauces froides, le skyr, le yogourt nature ou le séré constituent d'excellentes bases, à relever avec de la moutarde, du citron, des herbes ou des pickles.

Plus de goût, davantage de protéines et moins de matières grasses.

Sophie Siffert,
Nutritionniste & designer

3 IDÉES GOURMANDES ET ÉQUILIBRÉES POUR LES APÉROS DE FÊTES

MINI-BROCHETTES POULET, FROMAGE & FRUITS
Pour 4 personnes

200 g de filet de poulet
Kiwi, pomme et/ou poire
120 g de Gruyère
1 c. à soupe d'huile
Romarin, sel, poivre

Préparation
Faire dorer les lanières de poulet. Couper les ingrédients puis monter les brochettes.

LÉGUMINEUSES CROUSTILLANTES AUX ÉPICES
Pour 8 personnes

300 g de légumineuses cuites
1 c. à soupe d'huile
Paprika ou épices au choix
Herbes, sel, poivre

Préparation
Bien égoutter et sécher les légumineuses cuites. Les mélanger avec l'huile et les épices, puis griller 25 à 35 min à 200 °C, jusqu'à ce qu'elles soient croustillantes.

À varier avec pois chiches, féveroles, lentilles, haricots ou encore petits pois.

SAUCE TARTARE AU SKYR
Pour 4 personnes

400 g de skyr
4 à 5 cornichons
1 à 2 échalotes
1 c. à soupe de moutarde
Vinaigre, verjus ou citron
Persil, ciboulette, sel, poivre

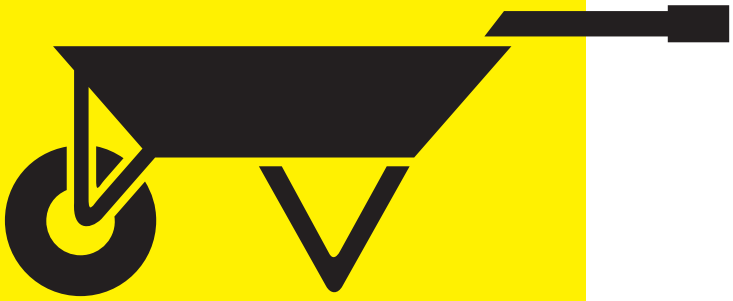
Préparation
Hacher cornichons, échalotes et herbes, puis mélanger avec le skyr, la moutarde et le jus choisi.

Des sauces protéinées pour varier les plaisirs. Sur la photo : tartare au skyr, poiscamole de petits pois et sauce cocktail revisitée au skyr et ketchup maison. Se déguste avec des légumes à l'apéritif ou en accompagnement de viande ou poisson au repas.

Votre exploitation a beaucoup d'outils.

Et pour l'information?

Agri



S'ABONNER

Agri, votre outil de travail.
Au quotidien.

GRAND CONCOURS

À gagner: 20 repas gastronomiques pour deux personnes à La Table du Lausanne Palace*

**Uniquement pour les personnes au bénéfice de prestations complémentaires à l'AVS/AI*

Pour participer, scannez le QR Code

Délai de participation: 30 novembre 2026

LA SEMAINE DU GOÛT
– pour les humains, les animaux et la planète –

Le Clos de Céligny

L'envol des sens

www.le-clos-de-celigny.ch

Vins, jus, boissons fermentées, sirops, herbes aromatiques

Domaine Delaharpe

DOMAINE DELAHARPE
Cave Suisse Bio de l'année 2025

Karine & Yann Menthonnex, Rue de l'église 11, Bursins

LE RETOUR DE LA FÉVEROLE DANS NOS ASSIETTES, CETTE LÉGUMINEUSE OUBLIÉE

Et si une légumineuse oubliée retrouvait une place dans notre alimentation ? Longtemps cultivée pour nourrir les animaux, la féverole revient aujourd'hui sur le devant de la scène. Dans le canton de Vaud, l'association Valocéprot cherche de nouvelles façons de la valoriser pour l'alimentation humaine.

Cultivée depuis longtemps, la féverole a progressivement été reléguée au second plan au profit de cultures plus standardisées, telles que le blé. Pourtant, cette légumineuse possède des qualités nutritionnelles très intéressantes : la féverole est riche en protéines, en fibres, en vitamines et en minéraux. Ces dernières années, des essais menés en cultures biologiques ont par ailleurs mis en évidence le potentiel de la culture de féverole associée à celle du blé, à la fois pour les sols et la biodiversité.

C'est dans ce contexte qu'est née Valocéprot, en 2025. L'association cherche à donner une nouvelle place à la féverole dans notre alimentation et à construire une filière autour de cette culture. Pour Aurore Ferrage, en charge du projet, « l'enjeu est de replacer la féverole dans notre alimentation, et surtout de permettre aux agriculteurs qui la cultivent de tirer une véritable plus-value de leur travail. »

Une place dans nos assiettes

Pour faire connaître la féverole, une première piste s'est imposée : les produits de boulangerie. Plutôt que de mettre sur le marché une farine encore peu connue, pourquoi ne pas l'intégrer à des aliments qu'ils connaissent déjà ? « Le pain est un aliment courant, largement consommé par les Suisses, explique Aurore Ferrage. C'est aussi un moyen facile d'apporter des protéines végétales sans que le consommateur ne doive changer ses habitudes.»
Des essais par la boulangerie À Deux Pains de Là à Lussy-sur-Morges, ont ainsi permis de développer un un pain au levain à base de blé et de féverole, ainsi que des biscuits. « Les premiers retours sont bons: le pain est très apprécié des gens déjà amateurs de pains artisanaux.

© BioVaud

De plus, la féverole enrichit naturellement la recette pour en faire un pain riche en protéine et en fibre.»
Les biscuits à base de sarrasin et de féverole se rapprochent quant à eux du sablé. « C'est un vrai encas plaisir, avec des ingrédients simples et locaux » poursuit Aurore Ferrage.
L'association souhaite désormais encourager boulangers, artisans et chefs à s'approprier la farine de féverole et à imaginer d'autres recettes. « On cherche à créer des nouveaux partenariats avec des artisans qui voudraient laisser libre cours à leur créativité.»

Construire une filière

Au-delà des produits, Valocéprot cherche à construire une filière capable de fonctionner dans la durée et de relier les différents acteurs. « La suite, c'est surtout de créer des partenariats, d'élargir les points de vente et de rendre les produits plus accessibles pour les consommateurs, poursuit Aurore Ferrage. Aujourd'hui, on privilégie les circuits courts, car c'est proche de nos valeurs, mais on envisage également des débouchés plus larges, notamment en grandes surfaces et en restauration collective. Si l'on veut garantir une plus grande culture de féverole, il faut aussi qu'elle trouve une plus grande place sur le marché. »

L'association multiplie les occasions de faire découvrir les produits. Ces rencontres permettent de mieux comprendre ce qui compte pour les consommateurs. « Le goût est bien sûr ce qui prime. Mais pour nous, c'est aussi important de mettre en lumière que derrière ces produits se trouvent des agriculteurs, des meuniers, des artisans engagés et passionnés, qui œuvrent pour une meilleure qualité de l'alimentation », conclut l'interviewée.

Alexane Eggen

ET SI ON BUVAIT DES RACINES VAUDOISES ?

Chicorée, bardane, pissenlit… Ces plantes que l'on croise plus facilement dans les prés que dans nos cuisines pourraient-elles donner naissance à de nouvelles boissons bio produites localement ? C'est l'idée singulière de Cyril Romand.

Cyril Romand fait partie de ceux qui ont toujours une idée sur le feu. Après avoir torréfié du café bio pendant plus de douze ans sur les hauts de Vaulion, il s'intéresse au potentiel de la chicorée, de la bardane et du pissenlit pour créer de nouvelles boissons riches en arômes et bienfaits.

Cyril connaît bien la torréfaction, mais il n'est pas agriculteur. Et ces cultures ne font pas vraiment partie des habitudes de nos producteurs, à l'exception peut-être du pissenlit, que les Vaudois ont l'habitude de consommer en salade. Il faut donc commencer par le commencement : mettre ces plantes en terre et voir ce qu'elles donnent.

Avec BioVaud comme entremetteur, une petite équipe se forme. Dans la Gazette d'avril 2026, je vous présentais Yann Berney et Gilles Vuillemin, ainsi que leur planteuse mécanique. Eh bien, ces derniers ont planté chicorée, bardane et pissenlit pour le torréfacteur.

Un premier essai plutôt concluant

Puis arrive l'été 2026. Et avec lui, chaleur et sécheresse. Pas forcément le scénario idéal pour une première année d'essais. Mi-septembre, je passe un coup de fil à Yann et Gilles : « Nous n'avons pas arrosé, on s'est contentés de désherber et c'est un essai plutôt concluant. » Voilà déjà une bonne nouvelle !

Mais pour Cyril, le véritable verdict ne pourra être rendu qu'après la récolte. Car contrairement à ce que l'on pourrait imaginer, ce ne sont pas les feuilles qui l'intéressent. Ce sont les racines.

La chicorée, la bardane et le pissenlit sont principalement cultivés dans le nord de la France. Récoltées à la fin de l'automne, leurs racines sont ensuite nettoyées, coupées, séchées, torréfiées puis moulues. Et c'est précisément là que l'expérience de Cyril entrera en jeu.

Une idée qui doit aussi trouver son public

Avant même de savoir si ces plantes pousseront dans nos champs, Cyril et son compatriote Frank Siffert, touche-à-tout à Bonvillars, se sont intéressés au marché de ces boissons originales avec des plantes cultivées et transformées en France. « Les produits sont en vente depuis le début de l'année. Une poignée de magasins bio les proposent et certains en recommandent, malgré l'absence totale de promotion », m'explique Frank. De quoi laisser entrevoir une place pour ces produits de niche.

Ces racines présentent en tout cas quelques arguments intéressants. Elles sont naturellement riches en inuline, une fibre naturelle qui nourrit les bonnes bactéries intestinales, et leurs arômes torréfiés remplacent délicatement ceux du café.

Reste maintenant à savoir si la chicorée, la bardane et le pissenlit bio et vaudois passeront avec succès de la parcelle à la tasse. Je ne manquerai pas de vous tenir au courant ! Mais d'ici là, vous pouvez retrouver les produits bio et français sur rooty.ch.

Alicia Meuli-Egger

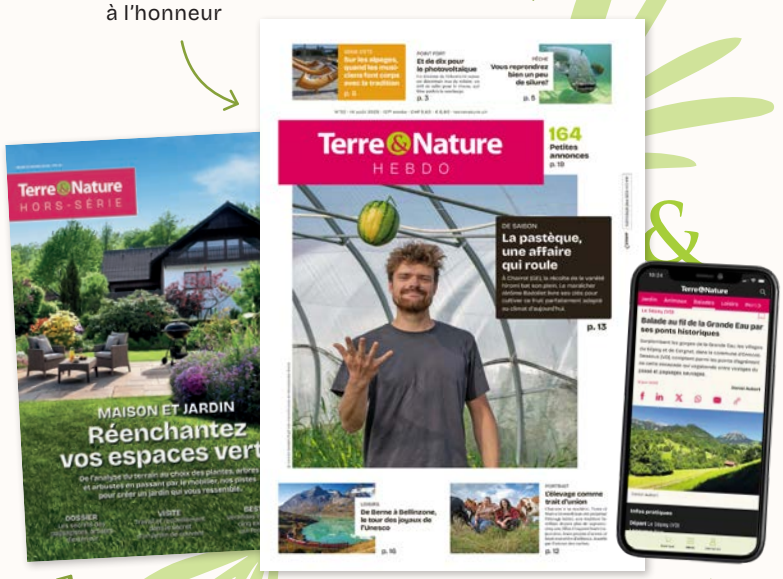
Terre&Nature
SOUTENEZ UN JOURNAL INDÉPENDANT

Ouvrez une fenêtre sur la nature

Chaque semaine, Terre&Nature vous propose des contenus 100% faits maison depuis plus de 125 ans. Du terroir à la nature en passant par le développement durable, le jardinage, les animaux, les balades ou les loisirs, suivez-nous à la découverte des richesses de la Suisse romande.

Des rencontres avec des Romands passionnés et passionnants

Les produits du terroir à l'honneur



Des hors-séries thématiques

Des idées de balades, d'activités et de recettes

-60%

OFFRES DÉCOUVERTES

Abonnez-vous dès CHF 20.–

Abo Premium

Papier + numérique

- l'hebdo chaque jeudi*
- l'accès illimité à tous nos contenus sur terrenature.ch
- les magazines hors-séries* et les suppléments mensuels*
- 10% de rabais sur notre boutique en ligne

3 mois · CHF 30.–
au lieu de 75.–

*format papier et e-paper

Abo Digital

100% numérique

- l'hebdo chaque jeudi**
- l'accès illimité à tous nos contenus sur terrenature.ch
- les magazines hors-séries** et les suppléments mensuels**
- 10% de rabais sur notre boutique en ligne

3 mois · CHF 20.–
au lieu de 50.–

**format e-paper

Pour profitez de ces offres découvertes

Scannez ce code QR

Le magazine 100% suisse **des 7 à 12 ans**

Terre&Nature JUNIOR

Les traditions helvétiques illustrées

Plein de jeux et d'activités

Les produits du terroir à l'honneur

6 numéros par an

Auch auf Deutsch

neu

Un reportage en images

Des idées d'activités en famille

Un défi de saison

Un zoom sur la faune et la flore de Suisse

Abonne-toi
1 an · 6 numéros
CHF 60.–

JOYEUSES FÊTES DE FIN D'ANNÉE

BIOVAUD

AGENDA 2026/2027

5 ANS DE PROGRÈS POUR L'AGRICULTURE
PRÉSENTATION DES PROJETS BIOVAUD
ECLÉPENS, 2 NOVEMBRE 2026

SLOW-UP DE MORAT
STAND DE PRODUCTEUR·TRICE·S BIO
AVENCHES, 26 AVRIL 2027

BIOSAVEURS
SALON DES VINS BIO & ACCORDS
LAUSANNE, 20 ET 21 NOVEMBRE 2026

BIOAGRI
FOIRE AGRICOLE SUISSE BIO
MOUDON, 8 ET 9 MAI 2027

FESTIVAL VIN NATURE SUISSE
PAR L'ASSOCIATION SUISSE VIN NATURE
LAUSANNE, 23 NOVEMBRE 2026

CONCOURS BIOVINO
CONCOURS DES VINS SUISSES BIO ET NATURE
REMISE DES PRIX ET DÉGUSTATION PUBLIQUE
BERNE, LE MARDI 14 JUIN 2027

UN GRAND MERCI
à nos sponsors et partenaires

BIOSUISSE · Terre&Nature · GVS aux services du vin · canton de vaud · LE GRUYÈRE Bio · éticolle · bio.inspecta · LA SEMAINE DU GOÛT · VIGNE AVENIR · BioConsommActeurs · FiBL · Agri · demeter · Slow Wine · BIOVAUD · AMARETTO

À déguster avec modération.
Suisse. Naturellement. SWISS WINE