



Association des Paysannes Vaudoises

Auteur : Agence d'information agricole romande AGIR, Lausanne



Table des matières

L'Association des Paysannes Vaudoises en bref	3
Parole de la Présidente	4
Les 90 ans de l'Association des Paysannes Vaudoises APV.....	5
L'origine, la composition, les missions	6
90 ans – L'Association des Paysannes Vaudoises au fil du temps.....	8
Novatrices et conservatrices	9
Des femmes dynamiques et débordantes d'idées.....	10
Recettes présentées par les commissions & vidéos.....	11

L'Association des Paysannes Vaudoises en bref

L'APV compte aujourd'hui plus de 5'200 membres réparties en 73 groupes. Véritables ambassadrices du monde agricole, ces adhérentes s'engagent sur tous les fronts : de la promotion des produits locaux et de saison, au rapprochement entre les milieux ruraux et citadins, en passant par la défense du statut de la paysanne, mais aussi le partage de forts liens d'amitié.

Une majeure partie des membres de l'APV a des liens directs avec la ruralité. Cependant, dès ses débuts, des femmes venues d'autres horizons ont été accueillies dans ses rangs, lui apportant enrichissement, diversité et élargissement.

Quant à la gastronomie, elle occupe une place de choix dans ses activités. Du service traiteur aux cours de cuisine, en passant par les recettes proposées régulièrement sur son site, l'APV a pour but de mettre en valeur les produits de proximité et de saison, de même que les différents secteurs de la branche agricole.

Si une grande partie des membres ne travaille plus au champ, mais dans un bureau ou une entreprise, l'Association, par sa participation à de nombreuses manifestations, reste garante du savoir-être, des traditions et du savoir-faire de nos régions.

La force et l'originalité de l'Association des Paysannes Vaudoise vient de son modernisme et de sa réactivité en terme de formation ou d'information. En outre, l'entraide et la solidarité restent des valeurs fondamentales qui sont le signe d'une évolution sage qui ne renie pas le passé, mais qui sait le relier à l'avenir.

Association des Paysannes Vaudoises

Secrétariat APV
Christine Egger
Ch. de la Papeterie 3
1145 Bière
<https://paysannesvaudoises.ch>

Parole de la Présidente

Le Canton de Vaud dispose d'une richesse phénoménale en ingrédients locaux, que ce soit dans les cultures maraîchères, fruitières, viticoles, dans la production laitière, les fromages ou encore dans l'élevage et la viande.

C'est donc dans ce cadre idyllique d'un éventail fourni et varié que l'Association des Paysannes Vaudoises s'est donné pour mission, dès ses origines, de promouvoir les produits locaux et de saison.

En effet, avec l'enthousiasme et le plaisir qui les caractérisent, les paysannes et femmes rurales mettent en valeur les produits de l'agriculture et les artisans de notre canton. Génération après génération, elles transmettent avec passion la gastronomie du pays de Vaud.

En cette année 2021, synonyme de 90ème anniversaire de notre Association, le comité cantonal a souhaité réunir dans un nouveau recueil, les recettes qui perpétuent la tradition culinaire vaudoise.

En y associant chacun des 73 groupes qui forme l'APV, ce nouveau classeur de recettes permet de voyager dans les campagnes, d'entrer dans les cuisines des villages et de partager ces trésors traditionnels ou inédits.

Un célèbre cuisinier a dit : « Le bonheur est dans la cuisine... »

L'Association des Paysannes Vaudoises espère donc que ce recueil de recettes, édité pour ce jubilé, contribuera à créer le bonheur dans de nombreuses cuisines....



Mireille Ducret,
Présidente de l'APV

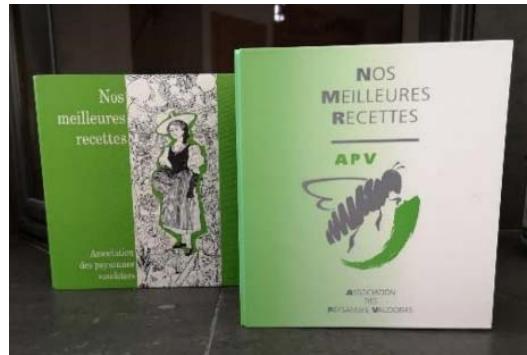


Les 90 ans de l'Association des Paysannes Vaudoises APV

En 2021, l'Association des Paysannes Vaudoises célèbre ses 90 ans. Afin de marquer cet événement, l'Association réalise un nouveau classeur de recettes. En plus de recettes traditionnelles, il y aura celles qui sont issues de chacune des régions du canton de Vaud. Ces régions disposent d'une richesse phénoménale en ingrédients locaux, que ce soit dans les cultures maraîchères, fruitières, viticoles, dans la production laitière, les fromages ou encore dans l'élevage et la viande.

Ce classeur, édité en premier lieu en 5'000 exemplaires, sera une aide précieuse à tout épicien soucieux du bien-manger local et permettra de vulgariser le savoir-faire des Paysannes Vaudoises, ce savoir-faire qui fait toute leur notoriété.

En 1991, lors du 60^{ème} anniversaire de l'Association des Paysannes Vaudoises, un premier classeur avait été créé. Quinze ans plus tard, un deuxième recueil toujours intitulé « Nos meilleures recettes » avait été élaboré par quelques dames très motivées. Malgré plusieurs réimpressions, ce dernier est épuisé depuis plusieurs années. D'où le projet de produire une nouvelle édition à l'occasion des 90 ans de l'APV.

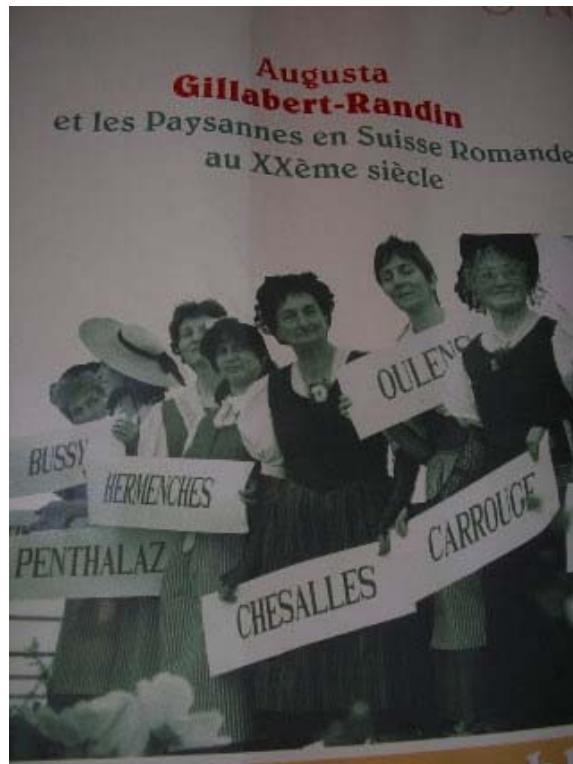


Ce projet permet de soutenir l'agriculture vaudoise, de mettre en valeur les produits du terroir, de redonner le goût du bien-manger, de revisiter le patrimoine culinaire vaudois et de l'apprécier sous toutes ses formes.



Couverture du nouveau classeur de recettes

L'origine, la composition, les missions



L'Association des Paysannes Vaudoises, initialement appelée Association des Productrices de Moudon, existe depuis près d'un siècle. Ses origines remontent à 1918. À cette époque, l'Association avait pour but de défendre les intérêts des paysannes desservant le marché de Moudon, et palier à la raréfaction et cherté des denrées, lutter contre le marché gris et leurs entremetteurs en raison de la guerre.

Lors de la crise, les prix du lait, du blé, des porcs se mettent à chuter pour les exploitations agricoles. Quelques femmes dynamiques et entreprenantes décident d'aider les paysannes à se procurer un revenu annexe grâce à l'écoulement de leurs fruits en créant une fabrique de confitures. Une femme, Augusta Gillabert-Randin, pionnière de la lutte pour le droit des paysannes et des femmes, encourage la formation professionnelle. Elle n'hésite pas à prendre sa plume pour faire avancer la cause. C'est elle qui deviendra la 1^{ère} Présidente de l'Association des Paysannes Vaudoises.

Fondée en 1931, l'Association des Paysannes Vaudoises est aujourd'hui l'une des plus importantes Associations du canton de Vaud et fait partie des 7 Grands (les 7 Grandes Associations Vaudoises). Elle compte fièrement plus de 5'200 membres issues de tout milieu et habitant les quatre coins du canton. Une grande partie des membres a des liens directs avec l'agriculture. Cependant dès ses débuts, les non-paysannes ont été admises dans les rangs de l'APV, apportant ainsi enrichissement et élargissement des activités.

Ces quelque 5'200 membres sont réparties en 73 groupes selon le lieu d'habitation. Chaque groupe est autonome dans ses activités respectives, mais a des objectifs communs, tels que :

- intéresser les milieux citadins à l'agriculture
- favoriser l'échange et le partage intergénérationnel
- sauvegarder le patrimoine culturel

et surtout

- promouvoir une alimentation saine et de qualité au travers des produits du terroir

Les missions de base de l'APV

- favoriser le rapprochement et la compréhension entre les milieux citadins et ruraux
- encourager l'esprit de solidarité et d'entraide entre ses membres
- offrir une formation continue et culturelle à ses membres
- promouvoir une alimentation saine et de proximité « du champ à l'assiette », ainsi que les produits du terroir
- défendre les intérêts agricoles
- défendre la reconnaissance du statut et du travail de la femme paysanne
- encourager la formation professionnelle de la paysanne

A ce jour, l'APV est toujours en adéquation avec les buts qu'elle s'était donnés depuis sa création.

Durant toute l'année, l'Association propose à ses membres des formations dans les domaines liés à l'économie familiale, tels que la cuisine, la couture et le jardinage, ainsi que dans des registres tels que l'écologie ou la communication. Des rencontres annuelles, des manifestations publiques et/ou privées permettant de montrer leur savoir-être et leur savoir-faire sont également organisées régulièrement.

L'Association des Paysannes Vaudoises est régulièrement sollicitée par l'intermédiaire de leur service traiteur Pro Terroir et participe volontiers, souvent bénévolement, aux manifestations liées à la mise en valeur et à la dégustation de leurs produits.

Bien que les missions des Paysannes Vaudoises et leur présence soient appréciées aux quatre coins du canton, elles manquent de moyens et leur engagement trouve malheureusement souvent ses limites dans le financement de leurs projets.



90 ans – L'Association des Paysannes Vaudoises au fil du temps

1918

Fondation de l'Association des Productrices de Moudon, par Augusta Gillabert-Randin et 4 autres paysannes.



1929

Crise : chute des prix du lait, du blé et des porcs. L'Association aide les paysannes à se procurer un revenu annexe grâce à l'écoulement de leurs fruits en créant une fabrique de confitures.

1930

Mise sur pied de l'école ménagère et de l'apprentissage ménager rural.

1931

Fondation de l'Association des paysannes vaudoises (APV) – anciennement dénommée Association agricole des femmes vaudoises. Elle est composée à ses débuts de paysannes et femmes rurales exclusivement, véritables ambassadrices du monde agricole. Les non-paysannes sont rapidement admises, apportant enrichissement et élargissement des activités.

1945

L'épisode des confitures se termine après dix ans de fabrication. Les responsables de l'Association se préoccupent très sérieusement de l'information et de la formation des paysannes.

1970-2000

Modernisation des outils de travail et des conditions de vie. Les membres de l'APV sont cependant restées au fil des ans gardiennes du savoir-faire et du savoir-être de nos régions. C'est une des raisons pour lesquelles l'Association des paysannes vaudoises participe à de nombreuses manifestations où ce savoir-faire est tout autant apprécié que les pâtisseries.



A ce jour

Véritables ambassadrices du monde agricole, paysannes et femmes rurales s'engagent sur tous les fronts pour la promotion de divers produits agricoles, notamment pour le jus de pommes, l'huile de colza, les œufs et les pommes de terre. Ainsi que pour les traditionnels cours de cuisine, coutures et conférences, sans oublier la défense des intérêts agricoles, de statut de la paysanne et de l'enseignement professionnel. Aux quatre coins du canton, l'APV s'active avec toujours le même dynamisme dans toutes sortes de manifestations.

Novatrices et conservatrices



En 50 ans, l'agriculture est passée de l'économie autarcique quasi complète à l'économie de marché, de l'économie libérale à la loi sur l'agriculture... Les femmes paysannes ont évolué de façon parallèle. Elles ont tout modernisé : la formation professionnelle, l'équipement ménager, la forme de l'entraide, l'utilisation des produits de la ferme et il n'est pas exagéré de dire qu'elles sont aujourd'hui à la pointe du progrès en économie familiale et ménagère. Mais elles ont aussi été les gardiennes de la tradition, du costume vaudois aux recettes régionales, des techniques artisanales aux coutumes locales.

C'est ce qui fait l'originalité de l'Association des Paysannes Vaudoises : à la foi novatrice en matière de formation, d'information, d'entraide et conservatrice des us et coutumes de chez nous.

C'est le signe d'une évolution sage qui ne renie pas le passé mais qui sait le relier à l'avenir.

Des femmes dynamiques et débordantes d'idées

Les Paysannes Vaudoises, ce sont aussi des femmes qui apportent des idées et réalisent des projets. Leur mise en place de 5 commissions en témoigne :

Commission culinaire

La Commission culinaire a pour but de mettre en valeur les produits de proximité et de saison, de mettre en lumière les savoir-faire de chaque secteur de la branche agricole. Composée de trois membres, cette commission a pour tâche de proposer des recettes, des cours, des conseils, etc.



En détails, la Commission culinaire c'est :

- 3 recettes (entrée, plat principal, dessert) à chaque saison mises en ligne sur le site
- une recette originale dans la « Feuille de choux »
- un cours de cuisine, créé, élaboré et organisé pour l'ensemble des membres de l'Association
- une participation active avec les autres cantons romands dans le journal « Agri »

Commission créatrice

La Commission de couture propose chaque année aux membres de l'Association un nouveau cours de couture, destiné aussi bien aux débutantes qu'aux avancées : création d'un objet ou vêtement tendance en alliant différentes matières. D'autres cours sont proposés par des monitrices agréées par l'Association. Cette commission invite ses participantes à laisser leur imagination s'emporter tout en passant de bons moments de partage et de convivialité.

Commission des exploitantes

La Commission des exploitantes est composée de 10 membres, dont 2 représentantes du comité cantonal et 8 issues des groupes. Elle traite et informe des sujets d'actualité agricole et de la femme paysanne. Elle s'emploie à défendre la production indigène, à faire le lien ville-campagne, du champ à l'assiette. Dans les deux éditions annuelles de la « Feuille de choux », une rubrique rapporte les préoccupations du moment et les sujets d'actualité. Ces contenus sont aussi disponibles sur le site.

Commission promotion et communication

Cette commission relaie communications, informations et actualités relatives à l'Association par le biais du site internet et des réseaux sociaux.

Commission activités et loisirs

La Commission sportive, en collaboration avec les groupes membres de l'APV, organise chaque année une balade estivale, en principe entre les deux dernières semaines du mois d'août, une sortie en raquettes (ou à pied) vers la fin janvier, une sortie en ski de fond avant les relâches de février et une sortie en ski alpin entre les deux premières semaines du mois de mars. Ces rencontres particulièrement conviviales sont accessibles à toutes, des plus chevonnées aux plus tranquilles, et remplies de fair-play.

Recettes présentées par les commissions & vidéos



Commission Finances - CO classeur 90^e anniversaire APV
De gauche à droite : Ruth Karlen, Linda Baudin, Corinne Nicod, Corinne Martin, Mireille Ducret



Poulet aux asperges vertes sautées

Préparation : 30 minutes

Catégorie : viandes et poissons

400-500 g	de blancs de poulet	Couper en dés de 3cm.
2 cs	de beurre à rôtir	Chauffer, rôtir 3-4 min à feu vif.
	sel, poivre	Assaisonner. Réserver au four à 90°C.
2	citrons, petits	Couper en quartiers
1 cs	beurre à rôtir	Chauffer, faire revenir les quartiers de citrons. Réserver.
500 g	d'asperges vertes	Peler éventuellement le bas des asperges. Couper en morceaux biseautés de 2 cm. Ajouter les asperges, faire sauter en remuant 10 minutes.
2	oignons de printemps	Couper en fines lamelles avec la verdure.
2 gousses	d'ail	Couper en fines lamelles. Ajouter les oignons et l'ail. Poursuivre la cuisson 1-2 minute.
½	citron, zeste et jus	Ajouter.
1 dl	de vin blanc	
1 dl	de bouillon de poule	Déglacer, laisser réduire un peu et ajouter le bouillon.
1 cc	de Maïzena	Lier la sauce avec la Maïzena.
1 cs	de sauce Worcestershire	
	sel, poivre	Assaisonner. Ajouter le poulet et garnir avec les quartiers de citrons.



Commission Design - CO 90^e anniversaire APV
Régine Rouge et Isabelle Franzosi



De gauche à droite :
Isabelle Franzosi
et Ruth Karlen (manque
Régine Rouge)



Pommes de terre farcies de l'Etivaz

Préparation : 45 minutes

Temps total : 75 minutes

Catégorie : coup de cœur de Flendruz

8	pommes de terre	Cuire en robe des champs.
Farce :		Couper le dessus, évider à l'aide d'un vide-pomme, mettre la chair dans un bol. Ecraser à l'aide d'une fourchette. Réserver. Disposer les pommes de terre évidées dans un plat à gratin beurré.
200 g	d'Etivaz AOP	Râper.
1,5 dl	de crème	
1 gousse	d'ail	Presser.
1	piment rouge	Couper en deux, enlever les grains et émincer finement.
3 cs	de ciboulette ciselée	Mélanger tous les ingrédients.
	sel et poivre	Assaisonner.
		Mettre la masse dans une poche à douilles et farcir les pommes de terre.
2 dl	de bouillon de légumes	Verser dans le fond du plat à gratin.
		Parsemer les pommes de terre de flocons de beurre et cuire au four 25-30 minutes à 200°C.
		Décorer avec de la ciboulette.

Commission Recettes
CO 90^e anniversaire
APV

De gauche à droite :
Maud Monnier-
Decoppet, Sarah
Richard, Silvia
Amaudruz, Corinne
Nicod



Mille-feuilles de fraises

Préparation : 60 minutes + 6 heures

Cuisson : 15-20 minutes à 220°C

12 feuillets

Catégorie : pâtisseries salées et sucrées

Mousse au chocolat blanc :

150 g	de chocolat blanc	Fondre au bain-marie.
2 cs	d'eau bouillante	
2 cs	de sucre	
2	jaunes d'œufs très frais ou pasteurisés	Ajouter, mélanger.
4 feuilles	de gélatine	Tremper dans l'eau froide pour ramollir. Essorer. Chauffer 2cs d'eau dans une casserole, fondre la gélatine. Ajouter à la masse, mélanger.
2	blancs d'œufs très frais ou pasteurisés	Monter en neige, ajouter.
2,5 dl	de crème entière	Fouetter, ajouter. Réserver la mousse 6 heures au réfrigérateur.

Coulis :

200 g	de fraises	Equeuter.
1 cc	de jus de citron	
2 cs	de sucre glace	Ajouter, mixer et réserver.

Mille-feuilles :

250 g	de pâte feuillettée	Abaisser à 2 mm d'épaisseur et découper des ronds de 8 cm Ø ou autres formes à l'emporte-pièce. Piquer à la fourchette et déposer sur une plaque chemisée de papier sulfurisé. Cuire 15-20 minutes au four préchauffé à 220°C. Réserver.
-------	----------------------------	--

Finitions :

12	fraises moyennes	Couper délicatement le mille-feuilles en deux parts à l'horizontale. A l'aide d'une poche à douille, répartir la mousse sur le fond en formant un puits. Verser du coulis à l'intérieur à hauteur.
	sucre glace	Equeuter, couper en 4 et disposer sur la mousse. Poser le couvercle, décorer à guise avec des fraises et un point de mousse. Saupoudrer de sucre glace.

Sources

- APV, <https://paysannesvaudoises.ch/>

Photos

- APV : pages 1, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11 et 13
- Agence d'information agricole romande AGIR : pages 11 et 12 (photos des plats)