

**Q**ui aime la nature et la beauté du lac n'aurait pas mieux choisi. Le village d'Epesses, planté au milieu de Lavaux, au cœur du vignoble. Laurent Frutig, 36 ans, y est arrivé par hasard l'an dernier alors qu'il cherchait à s'installer à son compte. «Je faisais un extra au Musée olympique, et dans la corbeille à papier traînait le journal des cafetiers: l'Auberge des Vignerons était à remettre.»

Ni une ni deux, le Vaudois a fait ses valises, racheté le fonds de commerce et s'est installé au milieu du bourg, avec femme et enfant. Cuisine au rez, terrasse de plain-pied, restaurant au premier et appartement à l'étage. Une condition absolue pour le jeune papa: «Sinon je ne verrais pas ma famille.»

Laurent Frutig figure parmi les douze cuisiniers helvétiques au sommaire du livre *Cuisiner avec des fruits suisses* paru à l'occasion du centenaire de l'Union fruitière suisse. Les deux autres Romands sont des toques de renom: Bernard Ravet, à Vuflens-le-Château, et Jacques Bovier, à Sion.

### «Une cuisine simple, bonne et sans chichis»

«Je cherchais un cuisinier qui ne soit pas étoilé; Laurent Frutig a l'avantage d'être jeune, sa cuisine

**Secrets de cuisine**

**Pour vous la cuisine c'est...**  
Une passion. Il faut être mordu pour supporter les horaires, la pression, la chaleur...

**Vous adorez?**  
Les crustacés. J'ai rarement été déçu par des crustacés.

**Vous détestez?**  
Les endives.

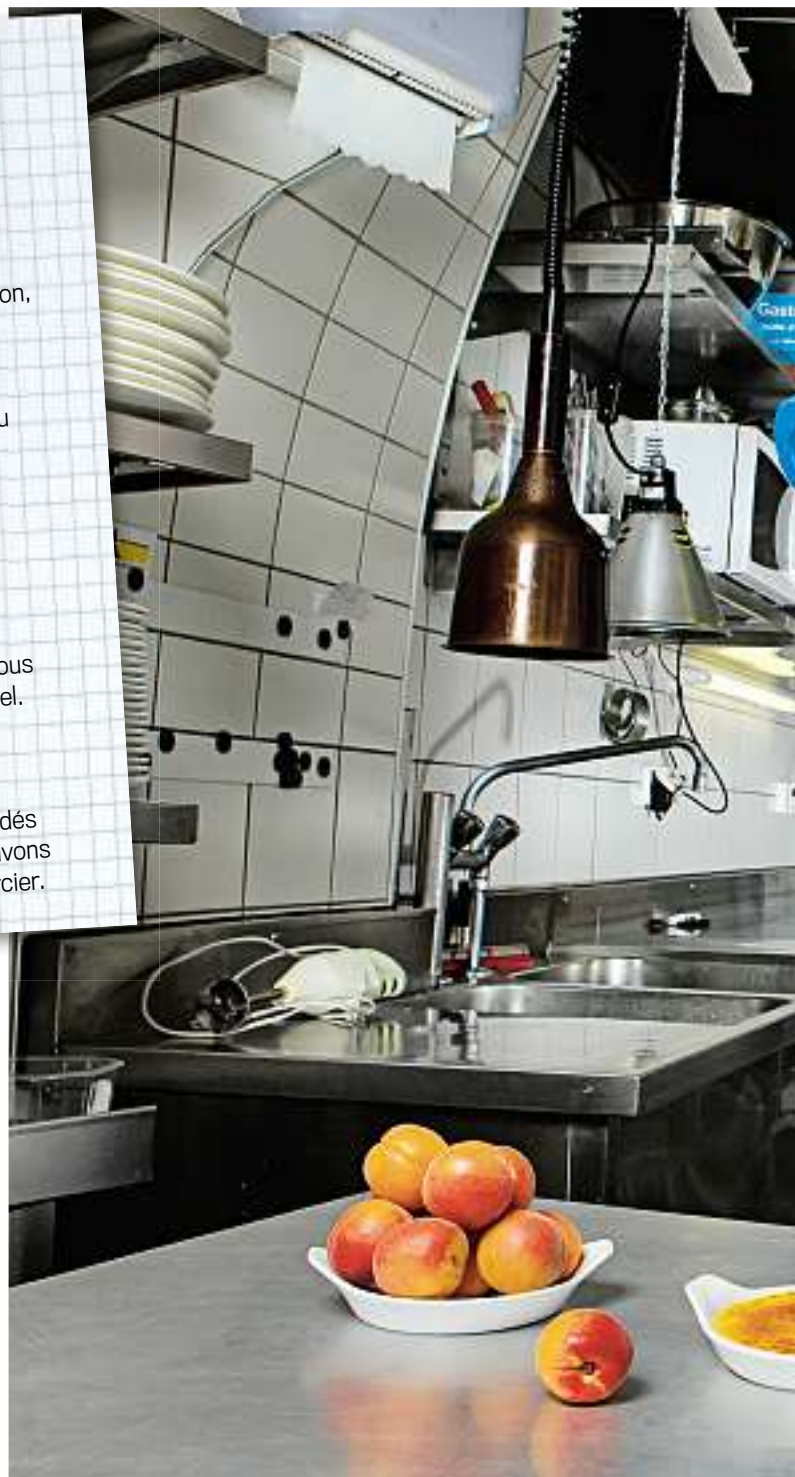
**Dans votre frigo, à la maison, on trouve?**  
Du lait pour la petite! Sinon, rien. Nous mangeons en bas, avec le personnel.

**Avec qui aimeriez-vous partager un repas?**  
Avec tous les gens qui nous ont aidés pour notre mariage. Nous ne les avons pas encore invités pour les remercier.

est simple, bonne, sans chichis», détaille Paul Imhof, auteur du livre et journaliste gastronomique au quotidien zurichois *Tages Anzeiger*.

Si Epesses fait honneur au raisin et que le Vaudois consacre les recettes du livre à la poire, c'est l'abricot, fruit de l'été, qu'il a choisi d'apprêter. Sous la forme d'une crème brûlée.

«La recette de base est à la vanille. Mais ensuite on →



Laurent Frutig s'est armé d'un fer à souder pour faire caraméliser le

# La passion de la cuisine

Le jeune chef vaudois est l'un des trois Romands rendant hommage aux fruits suisses dans un des vignes, à Epesses, autour d'un dessert aux abricots.



**FILTRER** le mélange.

**EN PASSANT** un doigt sur la langue de chat, la préparation ne doit plus couler.

**VERSER** de l'eau bouillante autour des moules.

**FAIRE** caraméliser.

sucre: «En cuisine, la plupart utilisent cet instrument pour les crèmes brûlées.»

## en Lavaux

ouvrage récemment paru sur le sujet. Rencontre au milieu



→ peut faire une crème brûlée à presque tout.»

La variante aux abricots lui vient d'un confrère. Les recettes voyagent, se passent de maison en maison, de pays en pays, de génération en génération. «En cuisine, il est très difficile de prouver qu'on a inventé quoi que ce soit!»

Un peu timide, Laurent Frutig agit plus qu'il ne parle. A l'observer, on comprend pourtant que son métier est une passion pure. Sa famille a bien essayé de lui montrer autre chose, rien n'y a fait:

«Dès l'âge de 10 ans, j'ai voulu devenir cuisinier. Je m'enfermais et je préparais à manger pour mes parents et mes frères et sœurs.» L'amour du travail bien fait et des saveurs, la créativité, le plaisir de contenter ses hôtes sont autant d'ingrédients de base dans la passion du jeune chef.

Apprentissage à l'Hôtel Mira-beau à Lausanne, puis il travaille, entre autres, derrière les fourneaux du Saint-François, à Lausanne, du réputé Lausanne-Palace, du National, à Vevey à l'Hostellerie du Débarcadère, à Saint-Sulpice, avant de reprendre l'Auberge du Vigneron. Il y propose une carte de mets du terroir, où le poisson occupe une bonne place. «Nous sommes dans une région touristique, les gens veulent des plats du coin, c'est normal.» De même, les vins de Lavaux ont la primeur.

Le dénoyautage des abricots est expédié rapidement. Laurent Frutig insiste: la cuisine est une affaire de mordus, si la flamme manque, on fait long feu. «Il faut savoir que 50% des apprentis cuisiniers interrompent leur formation et la moitié des professionnels arrêtent dans les cinq premières années.»

### Loin des glorieuses émissions de télévision

Et le trentenaire de sourire en évoquant l'émission de M6 *Top Chef*: «Ça peut donner envie, mais ne reflète pas la réalité: là il n'y a pas d'épluchage, pas de vaisselle à faire, pas de mise en place... En cuisine, c'est tous les jours et on travaille à Noël, à Nouvel-An, quand les copains font la fête!» Enfin, on doit être capable de re-



La magnifique terrasse de l'Auberge du Vigneron surplombe le Léman.

## «Il faut faire très attention de ne pas trop cuire la crème brûlée»

produire exactement le même plat le lendemain.

Sur le fourneau à gaz, le jeune chef fait chauffer la préparation: «Une crème brûlée, c'est comme une crème anglaise. Il faut faire très attention de ne pas trop la cuire, sinon cela donne des œufs brouillés!» Fin, sec, Laurent Frutig tord le cou au cliché qui veut que tout cuisinier ait de l'embonpoint: «Je ne bois pas de bière et peu de vin.» Avant de passer les crèmes au four, il ajoute toutefois une cuillère à café d'abricotine à la préparation, de quoi relever

avantageusement la saveur acidulée du fruit.

Plus que les desserts, ce sont les mets salés qui ont fait craquer le maître-queux. Son péché mignon? les crustacés. Car ils donnent l'occasion d'être particulièrement inventif: «Une queue de cigale ou une crevette peuvent être associées à un abricot, une mangue. Avec une viande, on ne peut pas faire grand-chose.»

Le lundi, jour de fermeture, le chef pose son tablier. «On se fait inviter!» Il passe la journée avec sa fille ainsi que sa femme, aide-

soignante, qui lui donne par ailleurs de précieux coups de main au restaurant. Le temps parfois de se consacrer aussi à une autre passion: l'ornithologie.

### Un fêru d'ornithologie

Dans une autre vie, Laurent Frutig a parcouru la terre entière pour aller observer les oiseaux, durant ses vacances. Ici, au cœur des vignes, il a déjà repéré le gazouillis du bruant fou et de la linotte mélodieuse. A l'automne, depuis la terrasse de son auberge, il contemple le ballet splendide des étourneaux.

Céline Fontannaz  
Photos Laurent de Senarclens

«Cuisiner avec des fruits suisses», Fruit-Union Suisse, Editions Cabédita, 2011.  
www.aubergeduvigneron.ch



## Crème brûlée aux abricots

Une recette de Laurent Frutig



### PRÉPARATION

**1)** Préchauffer le four à 150 °C. Couper les abricots en deux et les dénoyauter. Les mixer finement avec 2 dl de crème, presser à travers une passoire et réserver au réfrigérateur. Mélanger le sucre avec les jaunes d'œufs. Porter à ébullition le reste de la crème avec le lait. Verser le liquide bouillant dans le mélange sucre-jaunes d'œufs en remuant vigoureusement. Reverser le tout dans la casserole et amener lentement au seuil du point d'ébullition sans cesser de remuer, jusqu'à liaison. La préparation est prête lorsqu'elle ne coule plus en passant un doigt sur la langue de chat. Filtrer dans une jatte.

moules. Verser de l'eau bouillante autour des moules jusque sous les bords.

**3)** Faire cuire la crème 40-50 min au bain-marie dans le four. La crème est cuite lorsqu'elle résiste doucement sous une légère pression. Retirer du bain-marie et laisser refroidir au moins 2 h.

**4)** Avant de servir, saupoudrer la crème de sucre brut et le faire caraméliser à l'aide d'un chalumeau de cuisine. Décorer des quartiers d'abricots et servir aussitôt.

**Suggestion**  
Affiner d'une cs d'abricotine.

**Préparation:** env. 20 min; cuisson au bain-marie: 40-50 min; refroidissement: au minimum 2 h.

### INGRÉDIENTS POUR 6 PERSONNES

Pour 6 moules réfractaires plats, de 14 cm de diamètre.

400 g d'abricots mûrs  
5 dl de crème entière  
100 g de sucre  
8 jaunes d'œufs  
2 dl de lait  
60 g de sucre brut  
Papier absorbant  
ou papier journal pour chemiser une plaque  
Quartiers d'abricots pour la finition.

**2)** Chemiser une grande plaque de papier absorbant ou de papier journal. Y disposer les petits moules. Mélanger la purée d'abricots avec la crème et répartir le mélange dans les



De savoureuses  
recettes sur  
[www.saison.ch](http://www.saison.ch)

Pour s'abonner: 0848 87 7777,  
[abonnements@saison.ch](mailto:abonnements@saison.ch)  
(39 fr. seulement pour  
12 numéros)