



## Tommes, fromages et séracs de Mondralèche

# La nature dans vos assiettes

par Paul Vetter

Durant tout l'été, à 2000 mètres d'altitude, les Mudry élaborent de manière artisanale des fromages et des séracs.

Mondralèche: cet alpage situé au-dessus du barrage de Zeuzier doit beaucoup à Doris et Charles-André Mudry. Depuis 23 ans, ce couple domicilié à Lens y élabore chaque été des fromages – pour la raclette ou la coupe – des tommes et des séracs de qualité. Tout est confectionné de manière artisanale, au lait cru, et en grande partie à la main.

La qualité d'un fromage dépend beaucoup de l'herbage consommé par les vaches. «*Chaque alpage a son propre goût*», précise Charles-André

*Mondralèche, that alpine pasture just above the Zeuzier Dam, owes a lot to Doris and Charles-André Mudry. For 23 years, this couple residing at Lens have been elaborating cheeses – for raclettes or to be sold in slices – tomme cheeses or seracs. Everything is done in an artisanal style, made from unpasteurised milk, largely by hand.*

*The quality of a cheese depends largely on the type of grass eaten by the cows. "Each Alpine pasture has its own taste", explains Charles-André*

### «Sérac Caprice»: la recette de Doris

Par personne:

- 100 à 120 g de sérac frais d'alpage
- un demi-oignon coupé en fines lamelles
- sel, poivre, herbes aromatiques

1. Blondir l'oignon sur la poêle
2. Chauffer le sérac coupé en morceaux en y mélangeant l'oignon
3. Ajouter sel, poivre et herbes à volonté

A déguster avec des pommes de terre en robe des champs.

Mudry. *Les différences entre rive gauche et rive droite sont particulièrement perceptibles, car l'ensoleillement est fort différent.»*

## Fraîcheur déterminante

A Mondralèche, plus de deux cents bêtes broutent des prairies situées entre 1900 et 2400 mètres d'altitude. Dès avril, les génisses pâturent les prés

sur les communes d'Icogne et de Lens. Les vaches les rejoignent en juin, au moment d'alper. «*Nous essayons de monter le plus tôt possible, car l'herbe fraîche donne de meilleurs fromages que le regain de la fin de l'été*», explique Doris Mudry. Deux autres alpages, l'Err de Chermignon et Vatzeret, accueillent aussi le troupeau. Au début de la saison, ce

sont chaque jour quelque 2000 litres de lait qui deviennent fromage grâce au savoir-faire de Doris Mudry. «*La production baisse progressivement et atteint 1400 litres à la fin de l'été. Nous avons fabriqué 3600 pièces l'an dernier*», explique la fromagère. Les fromages à raclette en constituent les trois quarts, le reste étant destiné à la coupe. «*La différence réside dans le taux d'humidité qui doit être plus important pour la raclette. C'est donc au moment de la chauffe que tout se joue.*» Quand on parle de fromage à raclette, Charles-André Mudry intervient: «*Il faut le consommer frais, sinon il perd son humidité. On peut le congeler, mais il convient de le nettoyer – nos fromages le sont tous – et de l'emballer de manière hermétique, avec plusieurs couches de papier cellophane.*»

## Bon pour les régimes

Après avoir extrait le fromage de la chaudière, le petit-lait est à nouveau chauffé. La température exacte fait partie du secret de fabrication. La fromagère y ajoute de l'acide acétique et laisse reposer durant cinq minutes. La coagulation qui en résulte donne naissance au sérac. «*C'est un produit léger, digeste, qui convient bien aux régimes amincissants. Nous en fabriquons 70 à 80 kilos par jour quand nous sommes à l'alpage. Et il en manque toujours...*», avoue Doris Mudry. Outre les fromages et le sérac, les Mudry produisent aussi des tommes, mi-dures ou lactiques, ainsi que le mélange de Mondralèche pour fondue, prêt à l'emploi. Une gamme artisanale qui fleurit bon nos alpages!

Mudry. "The difference between the left and right banks (of the Rhone) is particularly noticeable, for the degree of sunshine is very different."

## Determining freshness

*At Mondralèche, there are more than two hundred head of cattle, feeding on meadows lying at an altitude of between 1900 and 2400 metres. From April, heifers graze on meadows in the communes of Icogne and Lens. The cows join them in June, when they move up to the alpine pastures. "We try to move up there as early as possible, for fresh grass produces better cheese than the second crop at the end of summer", explains Doris Mudry. Two other mountain pastures, the Err de Chermignon and Vatzeret, also host the herd. At the beginning of the season, some 2,000 litres of milk are turned into cheese, thanks to Doris Mudry's skills. "Production falls progressively and reaches 1400 litres by the end of summer. Last year, we produced 3600 pieces", explains the dairywoman. Three-quarters of these are raclette cheese, the rest is sold for cutting into slices. "The difference lies in the degree of humidity which must be higher for raclette cheese. The crucial moment is when it is heated."*

*While we are speaking of raclette cheese, Charles-André Mudry intervenes: "It must be consumed fresh, otherwise it loses its humidity. It can be frozen but then it must be cleaned – all our cheeses are cleaned – and hermetically sealed, wrapped in several layers of cellophane paper."*

## Suitable for diets

*After the cheese has been extracted from the cauldron, the whey is re-heated. The exact temperature is part of the manufacturing secret. The cheese-maker adds acetic acid and allows the cheese to settle for five minutes. The resulting coagulation gives birth to serac. "It is a light-weight product, easy to digest, suitable for weight-reducing diets. We make 70 to 80 kg of it per day while we are on the pastureland. There is never enough of it...", admits Doris Mudry. Apart from cheeses and serac, the Mudrys also produce tommes, semi-hard or milky, besides the Mondralèche fondue mixture, ready-for-use. An artisanal range that is a pleasant reminder of our pasturelands.*



### "Serac Caprice": Doris's recipe

Per person:

- 100 to 120 g. of fresh alpine serac
- half an onion finely sliced
- salt, pepper, aromatic herbs

1. Bleach the onion in a frying-pan
2. Heat the serac which has been cut into pieces, mixing the onion into it
3. Add salt, pepper and herbs to taste

To be eaten with potatoes cooked in their jackets.