

# Terroirs



**Tradition**  
Laurent de Régibus prépare sa fratze en mélangeant du porc, du bœuf, du gras, de la couenne et du poireau. Le tout est haché et poussé dans un boyau de bœuf.



## Patrimoine

### Une saucisse à sauver d'urgence

La fratze est intimement liée à la Foire au lard de Martigny-Bourg. Mais si cet événement est toujours aussi vivant (prochaine édition les 2 et 3 décembre) après plus de deux siècles d'existence, cette saucisse maigre, elle, aurait bien pu passer à la casserole. «Elle n'est plus guère fabriquée aujourd'hui, pourtant, elle fait partie du patrimoine culinaire valaisan», relève Slow Food Valais-Wallis.

Afin de faire perdurer cette tradition, le mouvement gastronomique a lancé une procédure pour le faire reconnaître comme «Presidi», un label qui honore et valorise le travail des artisans sur un produit de tradition «avec la particularité de faire partie de notre ADN historique!», relève Charles-Henri Zuchuat, président de Slow Food Valais. Slow Food en inventorie plus de 500 à l'échelle mondiale, associant 13 000 producteurs. Il faudra environ six mois pour que la fratze et d'autres produits du Vieux-Pays obtiennent cette reconnaissance, estime Charles-Henri Zuchuat. Depuis 2015, son mouvement a par ailleurs mis sur pied une Nuit de la fratze, «à l'image de la Nuit de la longéole à Genève et de celle du boutefas sur Vaud». L'an dernier, elle a sacré la recette de la Boucherie Riesco, à Martigny, qui se distingue par l'adjonction de sang. La version au poireau de Laurent de Régibus, a rafflé la médaille d'argent. D.G.

# La fratze fait son retour dans les casseroles

## Patrimoine en voie de raréfaction, la cousine valaisanne de notre saucisse aux choux est revalorisée par Slow Food

David Genillard Texte  
Vanessa Cardoso Photos

Le froid est de retour. Pour les Vaudois, c'est le temps du papet et de son inséparable saucisse aux choux. Mais dans le Vieux-Pays, c'est la fratze qui garnit les assiettes à l'approche de la Foire du lard, qui se tient chaque premier lundi de décembre depuis 1801, à Martigny-Bourg. Dans son laboratoire de Chamoson, Laurent de Régibus vient de reprendre la

fabrication. «J'en fais un peu tout au long de l'année, mais c'est vraiment une spécialité liée à l'automne et à l'hiver.»

Cette «fratze» ou «fratse» (terme patois apparenté au mot frêne mais qui pourrait désigner un lieu fertile) est aussi un patrimoine en voie de disparition que Slow Food Valais-Wallis s'emploie à sauvegarder (*lire encadré*). Et pour cause: comme la plupart des saucisses de ménage - la saucisse aux choux ou la frache à la vallée de Joux, la saucisse au foie, etc. -, elle est apparue là où les conditions de vie étaient les plus précaires. On rallon-

geait la viande avec des légumes de saison - rave, chou, oignons, poireaux, bertraves voire patates. On ajoutait encore des abats, comme les poumons, le foie, le diaphragme... «Tout ce qu'on ne pouvait pas consommer tel quel», raconte Grégory Maret au Châble, confirmant les «révélations» de «L'Art culinaire à Savèise», rédigé par Basile Luyet en 1929.

### À chacun sa recette

Une saucisse du pauvre en somme, qui a été progressivement dénigrée au cours du siècle dernier, où la viande est deve-

nue plus abordable. Il n'y a donc pas «une» fratze mais des centaines. Chaque famille apprêtait à l'époque cette spécialité avec les matières premières dont elle disposait au moment de faire boucherie. «En discutant avec des anciens, on en apprend beaucoup sur ces recettes et ça motive à perpétuer cette tradition», sourit Laurent de Régibus, qui la fabrique exclusivement avec du poireau. À Martigny, la Boucherie Riesco y ajoute du sang. À Ayent, une des deux variantes de Steve Cretaz contient du cumin. Au Châble, c'est le chou qui entre dans sa composition.

Les proportions varient d'un artisan à l'autre, mais le principe est plus ou moins immuable. «Un tiers de viande de porc, un tiers de bœuf et un tiers de gras de porc et de couennes cuites», décrit

Laurent de Régibus en entamant la préparation de sa production hebdomadaire - une trentaine de kilos pour environ 150 pièces. Grossièrement coupée, la viande est d'abord brassée à la main avec un mélange d'épices, «du sel, du poivre, de l'ail et des herbes». L'artisan mélange à nouveau cette préparation à la main avec le poireau séché et du vin rouge. Il suffit ensuite de «pousser» cette masse dans du boyau de bœuf et le tour est joué. «Dans certaines régions, comme le val d'Illeiez, on la fume. Chez nous, elle peut être consommée directement.» Le boucher suggère de la cuire une trentaine de minutes dans l'eau frémissante et de la déguster avec une choucroute ou une compote de rave. Il paraît que c'est aussi très bon avec un papet vaudois.



Le boucher propose aussi de nombreuses saucisses sèches.