< retour

Fromagerie

Gruyère râpé

Aimez-vous cet ingrédient ?

IMPRIMER [1]
TÉLÉCHARGER [2]

À PROPOS DE

CARACTÉRISTIQUES

Saisonnalité :

Type : À pâte pressée cuite (Beaufort, Comté...)

Le gruyère est un fromage suisse qui tire son nom de la Gruyère, un district du canton de Fribourg, où il est fabriqué (voir aussi Gruyères, ville suisse). Il bénéficie d'une appellation d'origine contrôlée suisse depuis le 26 juillet 2001. Sa zone de production s'étend aux cantons de Fribourg, Vaud, Neuchâtel, Jura, aux districts de Courtelary, la Neuveville et Moutier, ainsi qu'aux communes de Ferenbalm, Guggisberg, Mühleberg, Münchenwiler,

Rüschegg et Wahlern dans le canton de Berne. Depuis le 28 mars 2007, le gruyère est également une AOC en France.

Les fromages sont plus savoureux si on les retire du réfrigérateur au moins 30 min avant de les consommer.

VARIÉTÉS

Le gruyère fait partie des fromages à pâte ferme (ou dure). C'est un fromage au lait de vache entier, à pâte pressée cuite, mais au lait cru. Sa meule a une forme ronde et présente une croûte emmorgée, grainée, uniformément brunâtre et saine. Le format doit être normal et bien proportionné. Le talon de la meule doit être légèrement convexe. Ses dimensions doivent être pour sa hauteur, de 9,5 à 12 cm, pour son diamètre, de 55 à 65 cm, et pour un poids de 25 à 40 kg.

Fromage à pâte ferme (ou dure) : Les fromages à pâte ferme (ou dure) sont des fromages à pâte pressée et cuite, c’est-à-dire dont le caillé est chauffé pendant moins d’une heure afin de l’affermir, ce qui formera une pâte compacte après le pressage. Ces fromages (gruyère, emmenthal, jarlsberg, comté, raclette, beaufort, parmesan, romano) sont ornés ou non d’une croûte résistante, qui est parfois enduite d’huile pour réduire la déshydratation, ou lavés et raclés, ce qui favorise la maturation de la pâte. Leur longue fermentation qui dure généralement de 4 à 12 mois active l’action des bactéries. Dans certains cas, il y a formation de gaz carbonique qui ne peut s’échapper de la pâte, entraînant la formation de trous (yeux), de grosseur et en nombre variables, propres à chaque variété de fromage. La texture de la pâte est généralement ferme mais peut être parfois très granuleuse comme dans le cas du parmesan et du romano. Certaines meules de ces fromages pèsent entre 40 et 130 kg.

COMMENT CHOISIR ?

L'affinage du gruyère dure entre cinq à douze mois. Un Gruyère AOC doux est affiné 5 mois, 8 mois pour le mi-salé, et 12 mois minimum pour le surchoix.

QUE FAIRE AVEC ?

Le fromage se consomme au repas ou en collation et il est utilisé abondamment en cuisine, comme ingrédient de base ou comme condiment, soit pour farcir, recouvrir des viandes ou légumes ou soit comme ingrédient principal d’un dessert. Il s’apprête aussi bien avec les mets salés (salades, sauces, soupes, croquettes, pizzas, pâtes alimentaires, crêpes, soufflés, fondues, raclette, croque-monsieur, omelettes) que sucrés (gâteaux, tartes, beignets); c’est surtout le fromage frais qui est employé en pâtisserie. Le fromage étant généralement salé, il importe d’en tenir compte lors de l’assaisonnement du plat, particulièrement dans le cas des fromages bleus dont le goût salé s’accentue à la cuisson.

Le fromage peut également être servi à la fin d'un repas ou sous forme de dégustation où le meilleur partenaire d'un bon nombre de fromages demeure le vin.

COMMENT PRÉPARER ?

Le fromage fond plus facilement à la cuisson s'il est émietté, râpé ou coupé finement. Ajouté à une sauce, on le cuit doucement jusqu'à ce qu'il fonde, en évitant l'ébullition qui a pour effet de séparer les protéines de la matière grasse. Les fromages à pâte dure tels que parmesan, emmenthal et gruyère supportent mieux les températures élevées, notamment pour gratiner. Retirer le fromage dès qu'il a fondu.

COMMENT CONSERVER ?

Se congèle : oui

Les fromages durs se conservent deux semaines au réfrigérateur ou au frais s'ils sont bien enveloppés de papier ciré ou aluminium. Bien les envelopper dans une feuille de plastique ou d'aluminium et les placer à l'endroit le moins froid. On peut aussi conserver les fromages à une température oscillant entre 10 et 12 °C. Éviter de les laisser séjourner longuement à l'air ambiant car ils se dessèchent et peuvent se contaminer. Si de la moisissure s'est développée à la surface d'un fromage ferme, retirer 1 à 2 cm autour des moisissures par mesure de sécurité, et recouvrir d'un autre papier d'emballage.

La congélation est possible mais non souhaitable, puisqu'elle diminue la saveur des fromages, et presque tous deviennent plus friables. Les congeler de préférence en segments ne dépassant pas 2 cm d'épaisseur et ne pesant pas plus de 500 g. Bien emballé, le fromage se conserve congelé de 2 à 3 mois. Décongeler les fromages au réfrigérateur pour limiter le changement de texture et réserver ce fromage aux plats cuisinés.

VALEURS NUTRITIVES (pour 100g*)

calories	protéines	glucide	lipide	magnesium
414 kcal	27,20 g	1,40 g	33,40 g	39,40 mg

calcium	sodium	acides gras saturés	cholestérol	phosphore
1 020,00 mg	361,00 mg	20,10 g	87,50 mg	607,00 mg

sucre	cuivre	zinc	fer	manganèse
0,36 g	0,22 mg	4,34 mg	0,34 mg	0,03 mg

vitamin A

325,00
µg

Afficher plus

* Source de données : AFSSA

HISTOIRE

La première mention du mot gruyère (gruière) remonte au XVIIe siècle, mais depuis l'Antiquité cette région est connue pour produire un fromage gras. Pendant le XVIIIe siècle, des Fribourgeois s'établissent dans les cantons de Vaud, du Valais, en Franche-Comté, dans le Jura et en Savoie, exportant avec eux leur savoir-faire. En 1762 l'Académie française ajoute le mot gruyère à son dictionnaire en spécifiant qu'il s'agit d'un fromage provenant de la région de Gruyère.

Pâtes aux quatre fromages [3]

En savoir plus [3]

Gratin de chou-fleur [4]

En savoir plus [4]

Allumettes au fromage [5]

En savoir plus [5]

Flan de courgettes [6]

En savoir plus [6]

Gougères au fromage [7]

En savoir plus [7]

Petits feuilletés au thon [8]

En savoir plus [8]

Soufflé aux pommes de terre [9]

En savoir plus [9]

Chou-fleur à la dijonnaise [10]

En savoir plus [10]

Soufflé au fromage [11]

En savoir plus [11]

Omelette provençale [12]

En savoir plus [12]

1 2 [13] → [13] dernier » [13]

Liens

[1] https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/15182
[2] https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/15182
[3] https://www.qooq.com/recipes/pates-aux-quatre-fromages
[4] https://www.qooq.com/recipes/gratin-de-chou-fleur
[5] https://www.qooq.com/recipes/allumettes-au-fromage
[6] https://www.qooq.com/recipes/flan-de-courgettes
[7] https://www.qooq.com/recipes/gougeres-au-fromage
[8] https://www.qooq.com/recipes/petits-feuilletes-au-thon
[9] https://www.qooq.com/recipes/souffle-aux-pommes-de-terre
[10] https://www.qooq.com/recipes/chou-fleur-la-dijonnaise
[11] https://www.qooq.com/recipes/souffle-au-fromage
[12] https://www.qooq.com/recipes/omelette-provencale
[13] https://www.qooq.com/ingredients/gruyere-rape?page=1