

On en pince pour les écrevisses du lac !

GASTRONOMIE · Mêlez l'utile à l'agréable et découvrez des crustacés invasifs mais à la chair savoureuse, l'Etat et les pêcheurs du lac vous remercieront.

Par un beau samedi matin d'été, descendre à vélo le chemin de la Dullive à Gland à la rencontre du pêcheur Alexandre Fayet, c'est encore un peu les vacances! L'objet de ma visite: les écrevisses du lac pour lesquelles tout est délicat: Leur chair: les écrevisses ont de tout temps suscité un fort intérêt gastronomique. A l'origine une espèce locale vivait dans notre région. Puis, dès le moyen âge au moins et jusqu'au 19ème siècle, des moines qui souhaitaient améliorer leur ordinaire,

ont importé des écrevisses exogènes européennes. Au cours du XX^e siècle, plusieurs espèces américaines ont fait leur apparition, jusque dans les années 1960-80 avec la redoutable écrevisse «Signal».

La survie des espèces locales: le crustacé alien Signal est porteur sain d'une maladie qui a décimé les écrevisses alors en place. Une lutte désespérée est menée par l'Etat pour préserver les cours d'eau épargnés par l'envahisseur étranger et sauvegarder les variétés indigènes. Des conditions de vente draconiennes: Une fois capturées dans des nasses spécifiques, les écrevisses du lac sont châtrées (on retire leur intestin en tirant sur la petite nageoire située sous leur queue) et cuites.

Même votre plus joli sourire ne convaincra Alexandre Fayet de vous les vendre vivantes: «seuls les restaurateurs ont encore ce privilège. J'en livre régulièrement chez Marie-Jo au Café du Raisin à Begnins, au restaurant des 3 Suisses à Genolier, Au Sapin à Givrins,..».

Surnommée le homard du lac pour sa chair subtile, voici une belle façon de préparer l'écrevisse:

Prévoyez 5 à 6 écrevisses par personne.

Dans une cocotte, faites fondre dans un peu d'huile d'olive 1 oignon émincé et 1 carotte coupée en rondelles, puis faites revenir les écrevisses.

Réservez les écrevisses, puis ajoutez à votre fond de cocotte

le bouillon composé d'½ bouteille de vin blanc, 2 verres d'eau, 3 tours de moulin à poivre, 1 gousse d'ail dégermée, 1 bouquet garni et 2 pincées de gros sel. Faites réduire ½ heure à feu vif; jetez-y alors vos écrevisses pour 10 mn de cuisson. Si le cœur vous en dit, flambez au cognac. Au moment de servir, égouttez-les et servez-les parsemées de persil ciselé.

Pour être tout à fait bonnes, les écrevisses doivent être mangées bouillantes et bien relevées. On peut aussi se servir des écrevisses comme garnitures, pour une bouillabaisse du lac par exemple, mais là, c'est une autre histoire!

Sandrine Goettmann

e-Durable fait rayonner l'informatique éthique et écologique depuis Gland



Jean-Damien Beaud, CEO

PUBLIREPORTAGE · Si le développement durable est devenu un enjeu majeur, de nombreuses entreprises ignorent que leur gestion des Technologies de l'Information et de la Communication (TIC) peut également être améliorée. La preuve avec e-Durable qui permet à ses clients d'agir plus facilement. Explications avec Jean-Damien Beaud, Fondateur.

Pourquoi avez-vous créé e-Durable ?

Il y avait déjà longtemps que je me posais la question de savoir comment concilier mes valeurs avec mon travail. Je m'intéressais depuis des années au développement durable, j'achetais des produits bio, et je réfléchissais beaucoup aux conséquences de nos mode de vie, notamment sur ce que je transmettais à mes enfants. Au travail, c'était le côté technique innovant et la satisfaction du client final qui me motivaient.

Je me suis dit que l'idéal serait de concilier les 2. Garder cette passion du service TIC qui veut les solutions les plus efficaces et y ajouter la dimension durable pour donner plus de sens à ce que je faisais tous les jours. J'ai donc commencé à chercher des solutions dans mon domaine.

Avez-vous trouvé ces solutions ?

A ma grande surprise, je me suis aperçu qu'aucun acteur complet n'existait alors vraiment. Acheter un ordinateur plus écologique par exemple était une requête qui restait sans réponse. Alors que Gland abrite les maisons mères de l'UICN et du WWF, grandes institutions internationales pour la sauvegarde de la planète, je me suis dit que nous pourrions peut-être aussi réfléchir pour trouver puis rassembler les meilleures solutions pour diminuer notre impact dans les TIC. C'est comme ça que l'idée d'e-Durable a commencé à germer.

Concrètement, que propose donc e-Durable?

Depuis 3 ans, l'équipe d'e-Durable propose une informatique de qualité et offre du support aux entreprises de l'arc

lémanique. Notre modèle permet à nos clients de ne pas avoir à passer par un centre d'appels distant et impersonnel.

Nous proposons du matériel choisi tant pour ses performances que ses critères écologiques.

Et nous avons développé une offre de création web et d'hébergement avec nos partenaires. Au final, nous couvrons la palette classique de services que toute entreprise attend.

Texte intégrale remis par l'annonceur



www.e-durable.ch

YOUHR Horlogerie

**Réparation
Montres
Pendules**

Projets YOUHR Sàrl
Rte des Avouillons 4
1196 Gland
022 995 08 80
youhr@projets-youhr.ch

**berger
& fils**
Sanitaire Chauffage Jàrl

Création - Rénovation - Entretien
Service de dépannage
Chauffages en tous genres

Rue de la Paix 7 · 1196 GLAND
Tél. 022 364 12 61 · Fax 022 364 52 74
E-mail: bergersanite@bluewin.ch
www.bergersanitaire.ch

Offre enfants

Plus d'infos sur : www.paro optic.ch

Des verres sur mesures au prix des verres standards

Dès 180.-*
Monture comprise

* Voir conditions en magasin