

**Zeitschrift:** Le messenger suisse : revue des communautés suisses de langue française  
**Herausgeber:** Le messenger suisse  
**Band:** - (1998)  
**Heft:** 110  
  
**Rubrik:** Santé

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 06.07.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

**Directeur Honoraire de la Publication**  
Pierre Jonneret**Directeur de la Publication** : Philippe Alliaume**Comité de Rédaction** :Etienne Darbre, Laurent Faure, Anne Germain,  
Michel Goumaz, Henriette Nicolet,  
Alexandre Pierquet, Cornelia Reiwald**Rédaction** : Jérôme Boyon**Ont collaboré à ce numéro** :Bénédict de Tscharnet,  
Philippe Alliaume, Anne Germain, Daniel Haener,  
Pierre Jonneret, Jérôme Liniger, Henriette Nicolet,  
Cornelia Reinwald, Françoise Roesch, Nathalie  
Smethurst, Peter Spinatsch, Manuel Teixeira,**Rédaction du Messenger Suisse**  
100 Rue Edouard Vaillant  
92300 Levallois-PerretTél : +33 (0)1 55 21 07 71  
Fax : +33 (0)1 55 21 07 72**Le Messenger Suisse sur Internet** :  
<http://ourworld.compuserve.com/homepages/Alliaumeph>Mensuel  
Prix du numéro : 20 FF  
Abonnement 11 numéros : 220 FF  
Abonnement 22 numéros : 400 FF  
Abonnement de soutien : 300 FF  
Etranger/Par Avion/Associations/... : nous consulter**Service abonnements du Messenger Suisse**  
DIP- 70 Rue Compans- 75019 Paris  
Tél +33 (0)1 44 84 85 00  
Fax : +33 (0)1 01 42 00 56 92**Crédit Photos**Couverture, p.10/12, : Marcus Gyger, Emmanuel  
Sailler, p.5 : Regina Kühne,  
p. 7 : IBA Archiv, p. 9 : Sylvia Schneider,  
p. 14 Heli Air Vues, p. 15 : Stefan Meier,  
p. 16/17 : O.T., D.R., p.19 : FLC,  
p. 20/21 : Archives Famille Bavaud, p. 22 : Erias,  
Mario del Curto, p. 24, Denoel.**Editeur** : Franco-Suisse de Publications  
Sàrl de Presse**Gérant** : Philippe Alliaume**Siège Social et Publicité** :41 Avenue George V - 75008 Paris  
Tél : +33 (0)1 44 43 93 07  
Fax : +33 (0)1 44 43 93 12Siren : 413 199 308 RCS Paris  
Ape : 221E - TVAIC : FR16413199308  
CPAP N° 52679 - ISSN N° 1274-7769  
Dépôt Légal à Parution - © 1997-1998 FSP SARLMembre de la La rédaction n'est pas responsable de la perte ou de la  
détérioration des textes ou photos qui lui sont adressés  
pour appréciation. Reproduction autorisée sous réserve de  
mentionner la source et d'adresser un justificatif au journal.**Réalisation** :

MAG Édition

Tél : +33 (0)1 43 11 20 20

**Impression** :

Imprimerie Mouquet

# Santé

## Vive la viande des Grisons

Qui dit raclette pense également viande des Grisons. Cette spécialité du canton des Grisons n'est pas une charcuterie comme les autres. Elle est préparée dans la culotte du boeuf. Après avoir été frottée au sel, marinée dans un bain de saumure avec épices et herbes aromatiques, la viande est séchée durant trois mois environ (elle perd la moitié de son eau). Lorsqu'elle arrive dans notre assiette, elle se présente en tranches fines, débarrassée de son gras. Son goût est à la fois tendre et épicé. Elle est sans conteste une des charcuteries les moins caloriques : la viande des Grisons apporte environ 200 kcal pour 100g contre 300 minimum pour une charcuterie issue de la viande de porc. Quant à l'apport en graisses, toutes les charcuteries en fournissent une grande quantité... excepté la viande des Grisons. 10% de gras seulement contre 35% pour la rosette ou 45% pour le saucisson ce qui lui confère une place privilégiée parmi les consommateurs qui doivent faire attention à leur cholestérol ou simplement à leur ligne. Elle est aussi riche en protéines qu'une viande grasse et a autant de potassium qu'une autre charcuterie. Quant au fer qu'elle contient, s'il est en petite quantité (3 mg pour 100g de viande), il est parfaitement bien absorbé par notre organisme (contrairement au fer des épinards, n'en déplaie à Popeye). Pour toutes ces bonnes raisons, il est inutile d'attendre le jour de la raclette pour déguster la viande des Grisons. Elle peut être servie en entrée ou pourquoi pas en plat principal accompagnée de légumes. Sachons allier plaisir et santé.

**Dr. Françoise Roesch**

### Décès d'Edmond Leuba

Le Messenger Suisse vient de perdre un de ses plus fidèles amis. Edmond Leuba, artiste peintre, s'est éteint récemment dans sa 90<sup>e</sup> année. Edmond Leuba était une des figures marquantes de la communauté suisse de Paris. Point de rencontres, de manifestations auxquelles il ne fut présent. Issu d'une très ancienne famille neuchâteloise, allié à tous les milieux qui, dans ce canton, ont marqué les lettres, les arts, la politique et l'industrie, Edmond Leuba était un homme dont la réserve naturelle et la discrétion faisaient tout le charme. Indépendamment de son talent, qui était grand, il tirait toute sa classe naturelle d'une modestie qui n'avait rien de voulu. L'œuvre, non figurative, d'Edmond Leuba, était à son image : harmonie des couleurs et pureté du dessin. Hauteur de l'inspiration également, comme un peu en retrait du monde. Leuba n'était pas que peintre, c'était également un musicien sensible qui savait confier à son piano ce que cachaient ses silences. Président pendant de nombreuses années de la section parisienne de la Société des Peintres, Architectes et Sculpteurs suisses, Edmond Leuba avait signé régulièrement une chronique du Messenger Suisse consacrée à l'actualité artistique. Il nous avait en outre rendu d'éminents services en assurant bénévolement la relecture de nos épreuves, tâche à laquelle sa vaste culture et son sens aigu de la langue l'avaient rendu indispensable. À Madame Edmond Leuba et à toute sa famille nous adressons nos condoléances émues et l'expression de notre très grande peine.

## PETITES ANNONCES

### Legs Allemandi

Une somme de plus de 5 000 FF est à la disposition d'une jeune Suisseuse, âgée de 17 à 30 ans, récemment mariée ou se mariant dans l'année. Seule condition : être dans une situation modeste de ressources. Ce legs est réservé uniquement aux Suisses de l'arrondissement consulaire de Paris. La commission chargée d'examiner les candidatures, tenue à la plus grande discrétion, vous demande d'adresser vos demandes avec C.V à Monsieur Henri Rouyer, 1 allée G. Bizot, 92260 Fontenay aux roses. Tél/Fax : 01 46 60 00 93

Jeune femme, expérience Haute-couture et Prêt à porter recherche emploi styliste-dessinatrice en bijoux et accessoires de mode ou décoration. Etudie toute proposition, temps partiel ou autre, en rapport avec ces domaines d'activités. Press-book sur RV. Tél : 01 39 97 30 29