

13 août 2026

La « Saison de la Bénichon » revient pour une troisième édition toujours plus gourmande

Du 24 août au 8 novembre 2026, le canton de Fribourg remet les petits plats dans les grands : pour la troisième fois, les restaurants fribourgeois invitent à (re-)découvrir le traditionnel menu de Bénichon dans le cadre de la « Saison de la Bénichon ». Nouveauté cette année : les établissements participants choisissent librement les jours auxquels ils servent ce repas de fête – à une occasion, durant certains week-ends ou pendant plusieurs semaines. Le kit et le sandwich de la Bénichon complètent l'offre.

Longtemps vécue avant tout en famille, la Bénichon s'invite désormais toujours plus souvent à la table des restaurants fribourgeois. Lancée en 2024 par Terroir Fribourg, GastroFribourg et l'Union fribourgeoise du Tourisme, la « Saison de la Bénichon » en est déjà à sa troisième édition. Elle met à l'honneur un véritable patrimoine culinaire, mais aussi celles et ceux qui le perpétuent : restaurants, boucheries, boulangeries, producteurs et productrices. Une collaboration qui favorise les circuits courts, valorise le savoir-faire et offre une vitrine de choix aux spécialités fribourgeoises, en particulier aux produits AOP.

Une plus grande flexibilité pour les restaurants

Cette année, les établissements participants sont libres de choisir les jours auxquels ils servent le menu de Bénichon entre le 24 août et le 8 novembre. Un dimanche de Bénichon, plusieurs week-ends ou des semaines entières : toutes les formules sont possibles. La « Saison de la Bénichon » s'ouvre ainsi à tous les établissements de restauration qui souhaitent proposer le traditionnel menu. Pour le public, ce sont autant d'occasions supplémentaires de partager ce généreux repas dans une ambiance conviviale.

Les restaurants participants continuent de s'engager à respecter les exigences de qualité et de provenance définies dans une charte. Produits fribourgeois, traçabilité et succession traditionnelle des plats restent au cœur de la démarche.

Le traditionnel menu de Bénichon

- Cuchale AOP (brioche safranée) avec de la moutarde de Bénichon
- Soupe aux choux
- Jambon de la Borne AOP avec diverses spécialités de viandes fumées, choux, carottes, pommes de terre
- Gigot ou ragoût d'agneau avec de la purée de pommes de terre, Poire à Botzi AOP et haricots verts
- Meringues et double crème
- Café avec douceurs de la Bénichon (bricelets, pains d'anis, croquets, cuquettes, beignets)

La Bénichon se déguste partout

Envie de profiter du menu de Bénichon sans passer des heures en cuisine ? Le kit de la Bénichon est la solution toute trouvée. Sur commande, certaines boucheries fribourgeoises proposent les différents plats déjà préparés et emballés sous vide. À la maison, il suffit de les réchauffer au bain-marie ou à la vapeur avant de passer à table.

Le sandwich de la Bénichon est lui aussi de retour. Cuchaule AOP, Jambon de la Borne AOP, chou frisé et, en option, moutarde de Bénichon : la tradition fribourgeoise se décline dans un format pratique à emporter. Idéal pour les neuf-heures, une pause randonnée ou une petite faim, le sandwich est disponible durant toute la saison dans une sélection de boulangeries fribourgeoises.

Une tradition bien vivante dans tout le canton

La « Saison de la Bénichon » vient compléter les nombreuses fêtes organisées de fin août à mi-novembre dans les villes et villages du canton. Musique, danse, manèges et traditions régionales, à l'image des cortèges ou du concours de moutarde de Bénichon, font chaque année vibrer l'automne fribourgeois au rythme de cette fête emblématique.

Toutes les informations concernant les restaurants, boucheries et boulangeries participants ainsi que l'histoire de la Bénichon sont à disposition sur fribourg.ch/benichon.

Un automne fribourgeois placé sous le signe de la gourmandise

La Bénichon donne le coup d'envoi d'une saison particulièrement savoureuse dans le canton de Fribourg. Dans les champs, sur les alpages et dans les vignobles, l'heure est aux récoltes – et à la célébration des richesses du terroir. Lors des « Saveurs Bio » les 4 et 5 septembre, les cheffes et chefs de renom mettent à l'honneur les produits bio régionaux au cœur de la vieille ville de Morat. Les 19 et 20 septembre, Praz célèbre les vendanges et les vins du Vully. À Cheyres aussi, la Fête des vendanges s'inscrit au mois d'octobre parmi les rendez-vous incontournables de l'automne gourmand fribourgeois.

Cet automne, Fribourg devient la capitale du fromage suisse. Les 10 et 11 octobre, les Swiss Cheese Awards investissent le quartier du Bourg, autour de la cathédrale, et le transforment en un vaste marché dédié aux plaisirs gourmands. Fromages primés venus de toute la Suisse et spécialités régionales sont à déguster et à acheter sur place. Un événement qui trouve naturellement sa place dans un canton où Le Gruyère AOP et le Vacherin Fribourgeois AOP font figure de véritables emblèmes.

Notre ambassadrice Alanis Siffert partage aussi une autre passion: celle des traditions fribourgeoises. Après une saison marquée par de grands succès sportifs, notamment ses victoires au Challenge Roth et au Triathlon de l'Alpe d'Huez, elle aime partager la Bénichon en famille et la préparer aux côtés de sa grand-maman. Un rendez-vous précieux, symbole de transmission, de convivialité et d'attachement à ses racines fribourgeoises.

Des suggestions pour des courts séjours ou des vacances de plus longue durée sont également disponibles sur [Instagram](#), [Facebook](#), [TikTok](#) et [LinkedIn](#).

Contacts médias

Pierre-Alain Morard, Directeur de l'Union fribourgeoise du Tourisme
media@fribourg.ch, 075 434 97 96

Julien Dorthe, Directeur de Terroir Fribourg
julien.dorthe@terroir-fribourg.ch, 079 717 64 84

Philippe Roschy, Président de GastroFribourg
presidence@gastrofribourg.ch, 079 543 37 82

Un grand choix de photos sont disponibles et téléchargeables en haute résolution dans notre librairie. Nous nous chargeons bien entendu également de vos demandes d'images spécifiques. Vous trouverez de plus sous fribourg.ch/medias notre page « Inspiration » ainsi que de nombreuses informations sur les destinations touristiques fribourgeoises.