#FOCUS SAVOIR FAIRE - SEPT 2017



Comment fait-on le pain?

Observatoire du pain

le pain

Les ingrédients du pain

Le pain est élaboré à partir d'un mélange de farines, d'eau et de sel, fermenté à l'aide de levure ou de levain.



Farine - Principalement produite à partir de blé tendre cultivé en France, elle donne au pain son goût, sa couleur, sa consistance et sa texture.



Eau - Elle sert à lier la farine avec les autres ingrédients et à dissoudre le sel.



Sel - Le sel en quantité très mesurée augmente la ténacité de la pâte et contribue au bon goût du pain.



Levain / levure - Levure ou levain permettent à la pâte de lever.

Sources: Observatoire du pain - 2017 - EPI

Les farines de blé tendre

La farine de blé tendre - la plus courante en boulangerie - est classée selon des types «T» définis par la réglementation*.







pain courant/ biscuits



campagne, pains spéciaux/ pains bis, son



*En fonction de la matière minérale contenue dans 100 g de matière sèche.

Sources: Observatoire du pain - 2017 - EPI

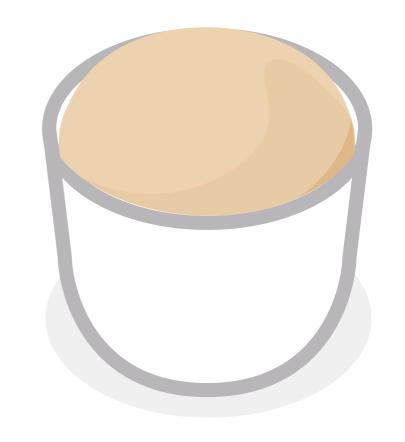
ÉTAPE 1 Le pétrissage

Tous les ingrédients de la pâte (farine, eau, levure/levain et sel) sont mélangés dans le pétrin. Sous l'effet du pétrissage, la pâte devient élastique et emprisonne l'air. Pour que la pâte fermente bien, sa température finale doit être comprise entre 23 et 25°C.



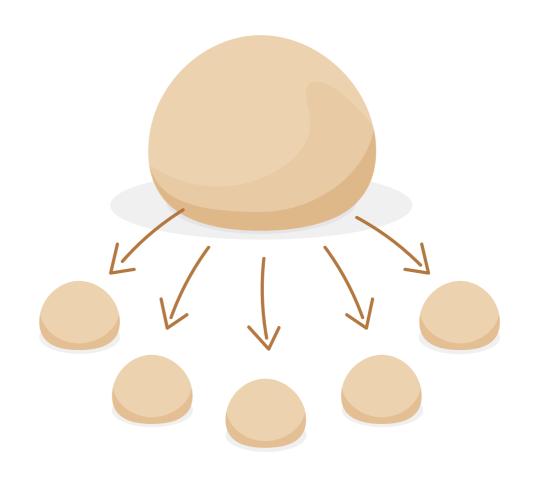
ÉTAPE 2 Le pointage

Après pétrissage, la pâte repose dans le pétrin. Cette première étape de fermentation, appelée pointage, est décisive pour la formation des arômes du pain. La production de gaz carbonique commence. La pâte lève, ses qualités se renforcent.



ÉTAPE 3 La pesée

Quand la pâte a fini de «pointer», le boulanger la divise en «pâtons» pour donner à chacun le poids voulu. Il forme des boules et les laisse reposer avant de les façonner.



Sources: Observatoire du pain - 2017

ÉTAPE 4 Le façonnage

Le boulanger façonne chaque pâton et lui donne la forme du pain qu'il veut obtenir. Ce geste s'appelle « la tourne ».

Les pains sont déposés sur des supports en toile de lin (couches) ou dans des petits paniers adaptés à leur forme : les bannetons (baguette) ou panetons (boule).



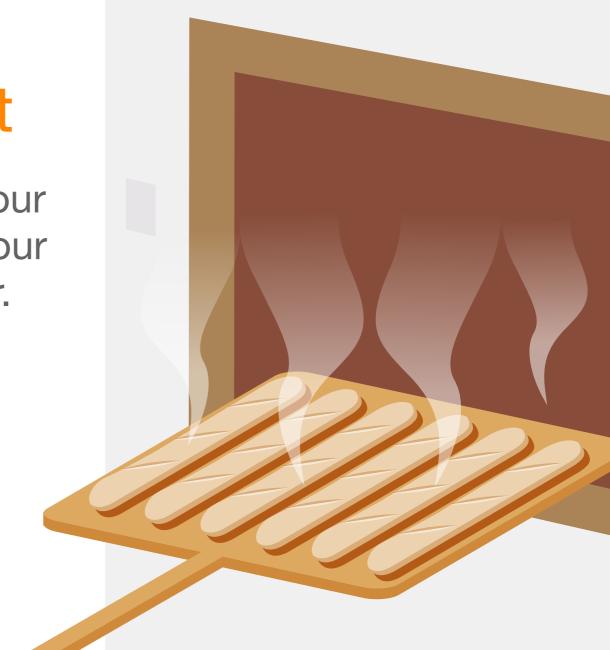


C'est un second temps de repos et une autre fermentation des pâtons. Il permet à la levure de bien se nourrir des sucres contenus dans la pâte. Le gaz carbonique se dégage et fait gonfler la pâte qui le retient (elle triple de volume).

Le temps de l'apprêt peut aller de une à quatre heures.

ÉTAPE 6 L'enfournement

Les pâtons sont déposés dans un four à 250° C préalablement humidifié pour que le pain cuise sans se dessécher. Avant de mettre le pain au four, le boulanger donne des coups de lame à la surface du pain: ces "grignes" permettent au gaz carbonique de s'échapper.



ÉTAPE 7 La cuisson

La durée varie en fonction de la forme et du poids des pains. En début de cuisson, les pâtons continuent à gonfler. La mie se crée et cuit pendant que le pain prend sa forme. La croûte durcit.





Sources: Observatoire du pain - 2017 - EPI

ÉTAPE 8 Le défournement

Le pain est sorti du four.
Tout chaud, il est très fragile.
Le ressuage consiste à le laisser refroidir, le temps que la vapeur d'eau et le gaz carbonique qu'il contient s'en échappent.

