

INFORMATIONS contrat pain/farine Mai à Novembre2014

Voici quelques petites précisions complémentaires au nouveau contrat :

Depuis le 28 Novembre 2013, la Ferme du Mont d'Or est certifiée en agriculture biologique après 3 ans de conversion (et donc production en mode biologique).

Vous pouvez lire le certificat (et bien d'autres informations sur l'actualité de la ferme) sur notre site internet à la page suivante : http://www.lafermedumontdor.fr/?attachment_id=4512

Les produits annexes ajoutés au pain sont certifiés biologiques également.

Concernant les PAINS :

Tous les pains sont fabriqués au levain (mélange fermenté de farine et d'eau).

-**pain nature T80** proposé en boule ou en michot (forme allongée) 400 ou 800gr

-**pain aux graines** proposé en boule ou en michot (forme allongée) 400 ou 800gr.

Même base de pâte que le pain nature avec ajout de graines de tournesol, de lin, sésame et pavot - dans et sur le pain. Les graines se trouvant sur le pain sont toastées au moment de la cuisson et lui confèrent un goût inégalable.

Les graines de tournesol sont cultivées au Mont d'Or. Elles doivent ensuite être décortiquées (opération technique ne pouvant être réalisée à la ferme) avant d'être consommées.

Les graines de lin sont -dans la mesure du possible- issues de l'agriculture française.

-**pain aux noix** proposé en petit pain allongé de 400gr.

Même base de pâte que le pain nature avec ajout de cerneaux de noix. Le tannin des noix donne à la pâte cette couleur rosée que vous avez ou pourrez constater.

Les noix sont produites par M. DRILLAUD, près d'Aulnay (17). Après plusieurs années de conversion, son exploitation est aujourd'hui certifiée bio.

Compte-tenu de la saisonnalité des noix, M. Drillaud ne peut nous garantir un approvisionnement jusqu'à la prochaine récolte. C'est pourquoi les cases du contrat sont grisées pour le pain aux noix en fin de période.

-**Pain de méteil aux raisins** proposé en petit pain allongé de 400gr.

Le pain de méteil est élaboré avec 50% de farine de blé et 50% de farine de seigle. Le seigle donne un pain plus dense mais apporte du caractère et permet d'allonger le temps de conservation. Nous y ajoutons des raisins secs.

Ce pain peut se consommer au petit-déjeuner ou au goûter, mais aussi avec le fromage, du miel ou certaines charcuteries.

-**Pain au sarrasin et farine de riz** proposé en pain moulé de 400gr, nature ou avec graines de tournesol

A l'origine, ce pain est proposé aux personnes intolérantes au gluten.

ATTENTION, même si toutes les précautions possibles sont prises, ce pain est fabriqué dans le même atelier que les autres pains et peut donc présenter des traces éventuelles de gluten, sésame, fruits à coques.

- **Pain gourmand du mois**

Nouvelle rubrique à l'essai pour vous proposer un pain différent chaque mois, surprise ou saisonnier... mais toujours gourmand !

Concernant les FARINES :

Sur ce nouveau contrat, nous y ajoutons la possibilité pour vous de commander de la farine. Nous vous proposons une livraison mensuelle, le premier mercredi de chaque mois.

Toutes les céréales à l'origine de ces farines sont cultivées au Mont d'Or. Elles sont ensuite écrasées à la meule de pierre grâce au moulin de la ferme.

-La **farine de blé T80** est une farine semi-complète ou « bise ». C'est à dire qu'elle contient encore du son. Elle est goûteuse et peut servir à toutes les préparations culinaires (crêpes, sauce béchamel, pâtisserie, pains, etc).

-La **farine de sarrasin** (ou blé noir) est une farine sans gluten. Elle sert à la fabrication des galettes mais entre également dans la composition d'autres recettes. Elle est sans gluten.

-La **farine de seigle** peut-être utilisée dans la fabrication de pain, pain d'épices et autres gateaux. Elle apporte du caractère et allonge le temps de conservation du pain.

-La **farine d'épeautre** (grand épeautre) peut remplacer entièrement ou partiellement la farine de blé ; elle permet une diversification de goût et d'apports nutritionnels.

Concernant les légumes secs :

Les légumes secs proposés sont produits à la ferme. L'opération de tri après récolte est effectuée par la CORAB (coopérative bio de Poitou-Charentes).