

NOS PAINS BIO

CERTIFICATION BUREAU VERITAS



COMPLET

Farine intégrale de froment sur meule de pierre & flocons d'avoine (apports de fibres). Levain naturel, longue fermentation & longue cuisson. Bonne hydratation. Le Complet riche en minéraux & fibres, contient des protéines. **C'est un pain facile à digérer, parfait pour améliorer le transit intestinal.**
± 7,94g de sel pour 1 kg de pâte.

TOUS
LES JOURS
6,10 € / Kg

TOURTE DE MEULE

Farine de froment sur meule de pierre. Levain naturel, longue fermentation, longue cuisson & forte hydratation. Ses apports sont les mêmes que le Complet (minéraux, fibres, protéines) mais son goût est plus doux. **Pour les habitués de la baguette ou du pain long de Tradition, la Tourte de Meule est vous permet de varier les plaisirs... et les apports !**
± 7,44 g de sel pour 1 kg de pâte.

TOUS
LES JOURS
6,00 € / Kg

RUSTIQUE AU MAÏS

Farine de Tradition Française & farine intégrale de maïs. Levain naturel, longue fermentation, longue cuisson & forte hydratation. **La farine de maïs est riche en anti-oxydants et en protéines végétales.** La longue fermentation permet de réduire le gluten et l'amidon. Sans acide aminé essentiel, il est riche en fibres, vitamines & minéraux.
± 8,18 g de sel pour 1 kg de pâte.

LUNDI
JEUDI
7,50 € / Kg

LE NORVÉGIEN

Farine intégrale grand épeautre & farine de seigle. Levain naturel, mélange de graines de courge & de lin doré. Très forte hydratation. **Ce pain, riche en fibres, assure un bon apport nutritionnel & des sources d'énergie :** minéraux, vitamines et acides aminés essentiels. Facile à digérer il participe au bon fonctionnement du transit intestinal.
± 8,37 g de sel pour 1 kg de pâte.

MARDI
VENDREDI
8,10 € / Kg

TORTA-PANIS

Farine de Tradition Française & farine intégrale de maïs. Levain naturel, longue fermentation, longue cuisson & bonne hydratation. **Dérivé du Rustique au Maïs, il est plus riche en sources d'énergie car enrichi en graines :** sésame, lin brun, millet, tournesol, pavot & flocons d'avoine. Digeste, lui aussi, grâce à un long temps de fermentation.
± 7,47 g de sel pour 1 kg de pâte.

MERCREDI
JEUDI
7,50 € / Kg

ÉPEAUTRE

Farine de grand épeautre intégrale sur meule de pierre et farine grand épeautre blanche. Levain naturel & très forte hydratation. Les graines de tournesol augmentent ses apports en fibres, minéraux & vitamines. Le temps de fermentation est très long et permet à la pâte de fixer les sources d'énergie. Les acides aminés qui facilitent la digestion. **L'Épeautre est un pain rustique à (re)découvrir...**
± 7,34 g de sel pour 1 kg de pâte.

MERCREDI
SAMEDI
7,20 € / Kg

FLEUR NUTRITION

1 farine de Tradition Française et 2 farines sur meule : le grand épeautre & le froment. Bon apport nutritionnel, sources d'énergie variées (minéraux, vitamines, fibres & protéines végétales) et tous les bienfaits des graines de courge, de lin jaune & brun, de pavot qui participent au bon fonctionnement du système cardiovasculaire. La longue fermentation permet à la pâte de conserver les apports. À noter sa faible teneur en sel.
± 6,48 g de sel pour 1 kg de pâte.

MERCREDI
DIMANCHE
8,10 € / Kg

TOURTE DE SEIGLE

3 farines : seigle, Tradition Française et froment. Le temps de fermentation est très court et pourtant ce pain est facile à digérer car son temps de cuisson est très long. Riche en fibres, minéraux & vitamines, c'est aussi un bon anti-oxydant qui permet de lutter contre le mauvais cholestérol.
± 10,82 g de sel pour 1 kg de pâte.

VENDREDI
7,60 € / Kg

SIMPLE COMME DU BON PAIN...

Des blés cultivés en France selon les normes bio. Des farines de qualité, contrôlées & certifiées. Une touche d'originalité de notre maître boulanger pour chaque recette. Savoir & savoir-faire maîtrisés, des gestes traditionnels répétés. Le temps de fermentation et la cuisson sont adaptés pour chaque pain. **Toute notre gamme boulangère est sans améliorants & sans additifs.** Ils sont inutiles car nous laissons à chaque pain le temps de fermentation nécessaire pour que saveurs, arômes et sources d'énergie puissent se développer.