

## La ferme de Carafray

Julie Bertrand & Florian Marteau

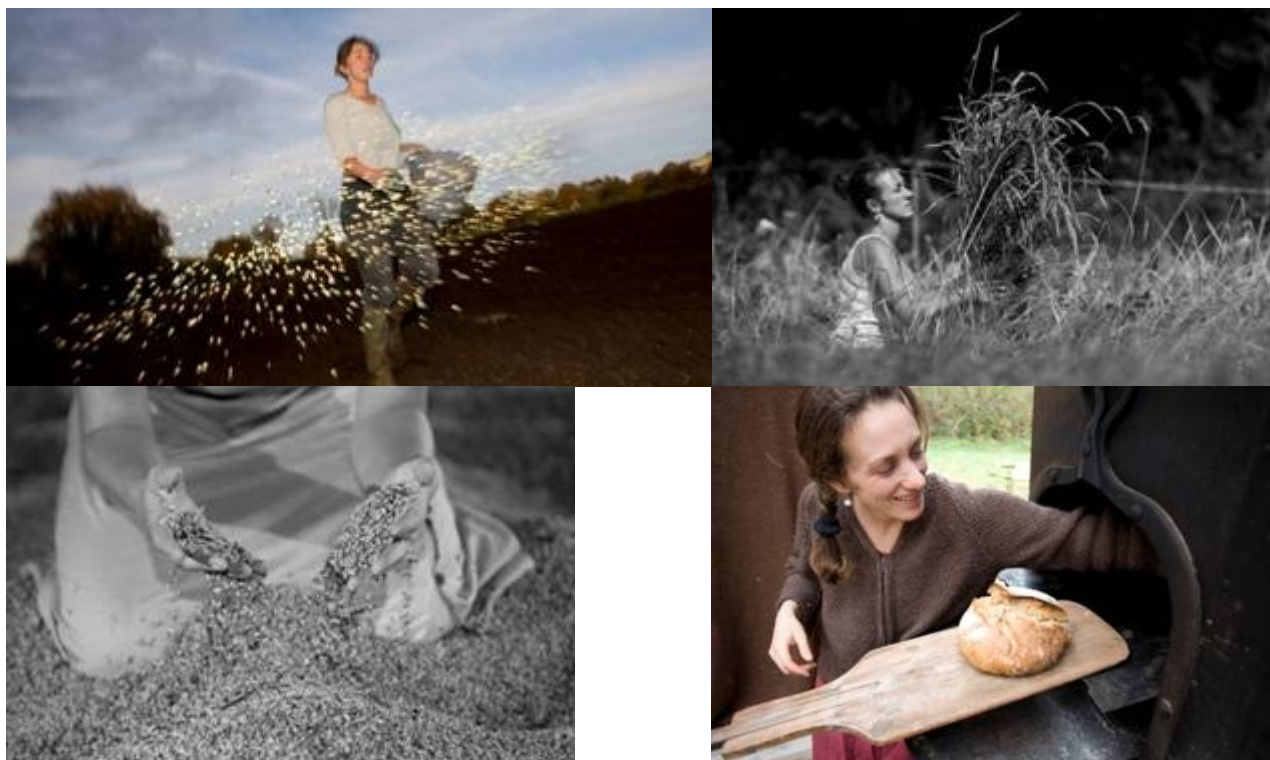
Carafray

56230 Molac

Tel : 02.97.45.79.34

epona@no-log.org

### Un pain couvé du semis de blé à la cuisson



Une boule dorée, goûteuse, renfermant une mie parfaitement alvéolée, aussi nutritive que digeste car moins riche en gluten. A priori moins allergène, le pain façonné par Julie Bertrand n'est pas le fruit du hasard des farines industrielles. Pour obtenir une telle qualité, cette étonnante boulangère cultive depuis 5 ans sur 5 hectares (15 hectares en rotation), près de Questembert, 150 variétés anciennes de céréales : les blés du Pays de Redon, les poulards ; mais aussi des orges nus, des avoines nus, des seigles et sarrasins de pays, ..., adaptés au mode de culture biologique et à la panification au levain. Semées avec dextérité à la main, poussant sans aucune intervention, ces céréales sont ensuite ramassées à la main sur les petites parcelles. Une récolte qui suffit à sa production annuelle de pain. Dès le printemps prochain c'est dans sa ferme de la petite commune de Molac, que Julie et son compagnon Florian, meuleront sur pierre leur blé. Au fournil, la pâte est pétrie à la main et lève en binoche (panier d'osier) durant 6 heures avant cuisson dans un four à bois. Le résultat ? Un pain qui explose en bouche. Des plus énergiques, cette jeune paysanne-boulangère qui maîtrise toute la chaîne de sa production, fait partie des membres fondateurs de Triptolème, une association qui tente de conserver et de multiplier les variétés anciennes et qui, dès qu'elle le peut, fait le tour des écoles, des festivals et fêtes saisonnières avec son petit four ambulant, pour sensibiliser le public à cette démarche boulangère originale.