

# **CARTE DES PAINS DE L'ANFRENIERE**

## **LA BAGUETTE**

Une baguette 100% levain à la mie fondante et alvéolée.  
Elle se démarque des baguettes d'artisans par sa densité  
et la légère acidité caractéristique du levain.

*Prix: 1,50 € / baguette de 250g.*

## **LE PAIN DE CAMPAGNE**

Un pain sur levain de froment semi-complet (T80).  
La farine utilisée contient essentiellement l'amande du grain de froment (T65).  
Le levain demande une longue préparation pour que l'acidité du pain ne l'emporte pas sur les  
arômes propres à la céréales et au terroir qui l'a porté.

*Prix: 5,50 € / pain d'1kg*

## **LE PAIN COMPLET**

Un pain sur levain de froment intégral (T150).  
La farine utilisée inclue aussi le son du grain de froment (T150).  
Il est issu d'une fermentation de 10h pour faciliter la digestion des enveloppes  
et en révéler la typicité.

*Prix: 5,00 € / pain d'1kg*

## **LE PAIN D'EPEAUTRE**

Le levain utilisé est le même que celui du pain de campagne (T80).  
La farine de grand-épeautre utilisée est semi-complète (T80).  
Le grand-épeautre, cultivé dans notre secteur pendant des siècles - où il était mieux adapté  
que le petit-épeautre (plutôt du sud de la France) - donne de plus petits rendements et  
nécessite d'être décortiqué avant la mouture, ce qui explique que le pain soit un peu plus cher  
qu'un pain classique de froment.

*Prix: 7,50 € / pain d'1kg*

---

## **Ingrédients 100% issus de l'agriculture biologique**

*Le sel vient de chez Daniel Robard, paludier à Bourgneuf-en-Retz (certification Nature et Progrès)  
Notre activité est quant à elle certifiée par Certipaq-Bio (à la Roche-sur-Yon) - FR-BIO-09*

## **Mouture 100% sur meule de pierre**

*Nous livrons le blé à Joseph Gendronneau, à Saint-Lumine-de-Coutais  
il nous livre à son tour la farine fraîchement moulue chaque semaine*

## **Fermentation 100% sur levain**

*Je nourris mon levain 2 fois par semaine avec simplement de l'eau et de la farine*

## **Un intérêt tout particulier pour les semences paysannes**

*La ferme de l'Anfrenière s'inscrit dans une démarche de sélection paysanne. Ces semences libres  
de droit sont le fruit d'observations et d'échanges entre paysans avant le début de la  
professionnalisation de la sélection semencière. Nous avons fait le choix de multiplier quelques  
unes de ces variétés depuis 3 ans sur nos terres du Pays de Retz. Pour la première fois cette  
année, nous avons semé 15ha avec les 5 variétés que nous avons retenues. Nous avons aussi fait  
le choix de renouveler notre plateforme expérimentale avec une dizaine de variétés en  
observation. Ceux qui le désirent pourront venir voir ces blés à partir de juin 2018.*