

PAINS NOURRISSANTS & FARINES VIVANTES



28 et 29 octobre 2025



INTERVENANTS :

Caroline MASSON,
Experte en nutrition



Christian POURCEL
Démonstrateur au Moulin de Colagne

Alliez savoir-faire artisanal et bienfaits nutritionnels

(Re)découvrez les pains nourrissants, vivants et digestes grâce aux farines de meule de pierre issues de différentes céréales : blés tendre, blé dur, blés anciens khorasan, mélange épeautres ...

Caroline Masson apportera son expertise sur l'impact des matières premières et des processus de fermentation dans la nutrition.

Une formation pour boulangers exigeants, soucieux d'allier plaisir et nutrition.



PAINS NOURRISSANTS & FARINES VIVANTES

OBJECTIFS :

- Découvrir les farines sur meule de pierre de différentes céréales
- Comprendre l'impact technologique et nutritionnel des matières premières
- Panifier à partir de différentes méthodes et techniques de fermentation
- Caractériser une pâte de qualité, identifier les défauts.
- Expliquer l'incidence de la méthode et de la technique de fermentation différée sur la pâte et sur le pain.
- Caractériser un pain de qualité, analyse sensorielle et nutrition

CONTENU :

- **La mouture sur meule de pierre (aspect technique)**
 - Techniques de la mouture sur meule de pierre de silex et le système SODER
 - Les différentes propriétés de la farine de meule (physiques, mécaniques, fermentescibles)
 - Rôles des fibres (pentosanes)
 - L'aspect nutritionnel des différentes farines.
- **Les Méthodes de fermentation**
 - Sur poolish, sur levain levure et levain liquide et dur
- **Les techniques de fermentation différée**
 - Pointage bac en froid et pré poussé bloqué
- **Les différentes productions :**
 - **Farines de blé sur meule de pierre**
 - Farine de blé JULIA sur poolish (simplifiée)
 - Farine de blé dur (LD) sur toile
 - Farine Bio T110 (LD) bannetons
 - Inclusions empois sarrasin, pois chiche moules
 - **Farine d'autres céréales biologiques sur meule de pierre**
 - Farine de khorasan bio Intégrale en moules
 - Farine de trio d'épis bio (LL) en bannetons

PUBLIC :

Chef d'entreprise, ouvrier
boulangier, équipe
commerciale

PRE REQUIS :

Maîtrise de la panification
courante et de la technologie
professionnelle

METHODES

PEDAGOGIQUES :

Méthode participative

INTERVENANTS:

Caroline Masson et Christian
Pourcel

LIEU : Fournil du Moulin de
Colagne

DATE : 28 et 29 Octobre
2025

DUREE : 2 jours

RESSOURCES

MOULIN :

Farines pour démonstration
Fiches recettes et livrets
techniques

MATERIEL :

Fournil avec tout
l'équipement nécessaire à la
panification