



La Foire

aux

N°1



pain.com

ISBN 979-10-90516-03-8

AVERTISSEMENT

À lire très important :

Le simple fait de lire ce présent livre, vous donne le droit de le diffuser gratuitement sur tout support, **l'offrir en cadeau à qui vous voulez.**

De l'utiliser comme outil promotionnel sur votre site internet ou autre support, **sans jamais oublier de faire un lien sur le site de l'Auteur.**

Ne vous donne pas le droit de :

L'éditer sur un support papier ou électronique.

Le vendre.

Le diffuser sous forme de spam (courrier électronique non sollicité).

L'intégrer dans une chaîne d'argent.

Modifier son contenu et le nom de l'Auteur.

L'utiliser pour faire des promesses médicales ou thérapeutique mensongères punies par la loi.

Cet ouvrage est protégé par un **copyright n°85581B3-2**, chez Copyright France, dont les coordonnées sont au bas de cette page, en cliquant sur le logo.

Henri Granier & Cathy Giraud, sont les détenteurs des droits originaux et initiaux.

De plus, il est enregistré, sous le **Numéro ISBN 979-10-90516-03-8**

Vous n'avez aucun droit de revente.

Cet ouvrage est gratuit donc il est logique et honnête qu'il en soit de même pour toutes autres personnes désireuse de le lire.

Toute reproduction ou modification totale ou partielle du présent contenu est absolument interdite sans l'accord express de l'Auteur.

Toutefois, le simple fait de lire ce présent ouvrage vous donne le droit de l'offrir en cadeau à qui vous le souhaitez et au plus grand nombre possible.

MERCI!

L'Auteur ne peut pas être tenu pour responsable des éventuels liens brisé au sein de cet ebook, provenant de sociétés indépendantes et dont il n'a pas le contrôle.

Pour toutes informations complémentaires

[Contact](#)

MODE D'EMPLOI

De l'Ouvrage

L'outil essentiel pour apprendre sur internet est : **l'ebook**, version électronique d'un livre, à lire sur votre ordinateur, le plus souvent au format pdf. ou en .exe

Ce recueil était au format .exe, je l'ai transformé au format pdf.

Avec toutes les contraintes que cela implique pour moi...

Afin d'apporter un confort de lecture et de navigation impossible avec un livre traditionnel au format .exe

Pour naviguer et vous déplacer facilement dans ce livre électronique vous ne pourrez pas utiliser la table des matières et cliquer sur le titre ou sur le sous-titre d'un chapitre, vous devrez lire les questions et les réponses l'une après l'autre...

Les Liens cliquables ne sont pas supprimés. Je le rappelle, cet e-book est tiré d'un .exe, donc tous les liens ne sont pas cliquable, mais l'essentiel, Oui.

Mais avec le copier/coller, vous pourrez copier le lien, le coller dans votre navigateur et avoir la connexion, internet si nécessaire.

Pour cela, il est indispensable que vous soyez connecté au réseau internet. Il devra en être de même, pour que vous puissiez lire les mises à jour.

Vous pouvez également re-dimensionner les pages de cet ebook en utilisant la fonction correspondante de votre outil de lecture et agrandir le casse.

Vous ne pouvez pas imprimer cet ouvrage, en l'état.

Rappel: Cet ebook est fait pour être offert dans son intégralité et en format e-book...

Avec **un ebook en .exe**, votre ordinateur est équipé d'origine pour le lire. Donc nul besoin de télécharger un logiciel, même gratuit pour le faire.

Mais en pdf, tout le monde peut le lire, ou le télécharger sur un Ipad pod...

**J'espère ainsi avoir satisfait tout le monde...
désolé pour les autres...**

Pour toutes informations complémentaires

[Contact](#)

Vous Voulez être dans les Premiers à connaître les Nouveautés du site?

**Vous voulez être au courant des dernières infos
ajoutées sur le site
Pour être dans les premiers
à en tirer avantages ?**

Alors téléchargez ce petit utilitaire
(windows)

Il vous avertira avec une petite pop-up
sur le bureau de votre PC

Dès qu'un nouvel article sera ajouté sur le site !

Pour l'installer, rien de plus facile
La seule chose que vous ayez à faire
après l'avoir téléchargé
est de le copier dans un dossier de votre PC
et de cliquer dessus.

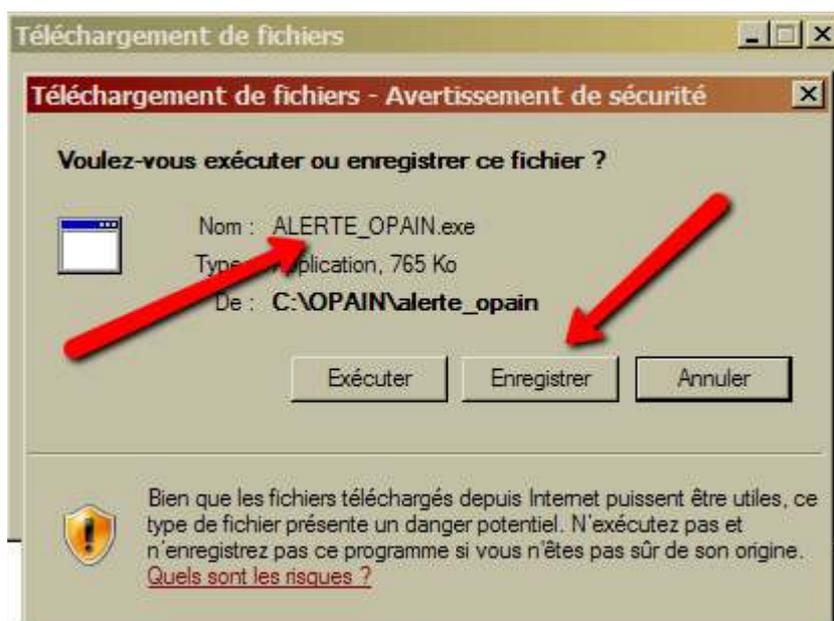
Il sera alors installé
dans la barre des tâches de votre Bureau
et surveillera automatiquement
toutes les heures, si un nouveau produit a été ajouté.

S'il en détecte un
la petite pop-up ci-dessous s'ouvre pendant une minute
pour vous avertir
vous n'avez plus qu'à cliquer dessus...



Pour le désinstaller, rien de plus simple la aussi
Vous cliquez avec le bouton de droite de votre souris
sur la petite icône 
en bas à droite de votre bureau
et vous choisissez l'option "**Exit opain.com**"

Pour télécharger notre petit utilitaire



cliquez sur
http://www.opain.com/alerte_opain/ALERTE_OPAIN.exe

et faites "**Enregistrer**"

Si vous désirez
bénéficier de cet avantages
vous aussi
Vous pouvez utiliser ce petit utilitaire sur votre site,
si vous en avez un...
Vous n'en avez pas? Qu'à cela ne tienne!

Vous pouvez, vous aussi, l'utiliser...
Si vous voulez être au courant des mises à jour
De votre site favori...

Pour avertir vos membres ou amis

Il est en vente ici :

http://www.convergence-marketing-intl.com/recommande/DesktopPop/mbr/La_Trouvaille.html

ATTENTION
LE PAIEMENT SE FAIT EN DEUX PARTIES

La Foire aux Questions

FAQ

C'est "LA Rubrique" qui, en principe, va répondre à la question, de ceux qui ne veulent pas prendre le temps d'étudier les pages du site, voire du livre qui donnent les détails pour arriver à faire ce que vous avez des difficultés à comprendre.

Ce n'est pas parce que la question s'y retrouve que ce sera plus facile à faire pour autant.

C'est même très souvent le contraire
Pour cela, vous êtes parfois renvoyé à la dite page.

Toutes ces Questions, sont des Questions posées par les internautes depuis la création de Opain.com (01-01-2002)

Je rappelle qu'il n'y a jamais de question : idiote, nulle, et autres noms d'oiseaux...

Elles ont toutes le mérite d'avoir été posées
Parce qu'elles ont servi à tout le monde.
Elle ne se classent pas dans le bas du tableau des moins visités, mais plutôt dans le haut de celles des plus lues (à méditer)

Inutile de vous les montrer, vous verrez par vous-même...

J'espère de tout coeur
que cette FAQ
vous soit
utile

HENRI
Le Panetier

Je rappelle qu'il n'y a jamais de question

idiote, nulle, et autres noms d'oiseaux...

Elles ont toutes le mérite d'avoir été posées
Parce qu'elles ont servi à tout le monde...

Elle ne se classent pas dans le bas du tableau des moins visitées, mais plutôt dans le haut de celles des plus lues (à méditer)

Inutile de vous les montrer, vous verrez par vous-même...

N°	Questions	Réponses

1	<p>Jusqu'à la lecture de votre site, je pétrissais ma pâte pendant 15mn et la laissais gonfler une vingtaine d'heures. Mauvaise méthode?</p>	<p>Il n'y a pas de bonne ou de mauvaise méthode. Ce n'est pas la mienne. Essayez-la, dites-moi si elle vous convient et ce que vous en pensez...</p>
2	<p>Comment faire pour pouvoir avoir une température constante, sans être obligé de surchauffer la pièce ?</p>	<p>Il existe bien des astuces pour régler ce problème. En voici une : Il s'agit d'utiliser son four, comme une étuve. Brancher dans le four une ampoule amovible de 15 watts. En modifiant son intensité grâce à un modulateur d'intensité, ou un petit thermostat mécanique, vous contrôlez ainsi la température interne du four avec un thermomètre visible de l'extérieur. C'est efficace et cela sert aussi pour toutes les opérations qui nécessitent de maintenir une température constante. Deux petites choses encore : mettez un écran de protection entre l'ampoule et le récipient, n'oubliez pas d'enlever le dispositif au moment de la chauffe du four, sinon : Boum ! D'autres expériences ont été réalisées dans une ancienne glacière de pique-nique, ou dans un carton fort.</p>
3	<p>Mon levain ne prend pas. Est-ce du fait de l'eau ? J'ai utilisé de l'EVIAN ..</p>	<p>Effectivement, tu poses la question, mais tu en connais déjà une des causes. Donc tu as dû lire que je déconseille les eaux minérales... Au lieu d'acheter une eau minérale, qui est faite pour les malades, achète une eau de source qui est bien meilleure pour la santé... et le pain. C'est inscrit sur la bouteille : "Eau de source" peu importe la source. Une autre cause : Les produits nettoyants que tu utilises pour faire le ménage, sont peut-être trop violents. Plus rien ne vit dans cet environnement pas même les levures. C'est une des raisons les plus courantes, des échecs du levain. Voir aussi dans le FAQ les Questions: 1- <i>Est-ce que je peux utiliser l'eau de mon robinet ?</i> Réponse 4 2- <i>J'habite en banlieue d'une grande ville cela peut-il influencer la fabrication du levain?</i> Réponse 4 Et sur le site : la page spéciale défauts du levain dans Pratique >> FAQ du levain : http://www.opain.com/new-opain/kod/l-vin/07_0_0_intro-lvin.htm</p>
4	<p>Pourquoi une deuxième levée est nécessaire après avoir fait les pâtons?</p>	<p>À l'arrêt du pétrissage, la pâte est laissée dans le pétrin pour y subir un pointage en masse. Cette phase permet une fermentation très active. Lors du pointage, il y a production de gaz carbonique et d'alcool ; la pâte devient moins souple, elle prend de la ténacité, de la force. Les acides produits par l'alcool éthylique se fixent sur le gluten et le contractent. Il est indispensable, de pratiquer cette fermentation de préférence en masse; cette période contribue beaucoup au développement du goût, de la saveur, de l'arôme, jusqu'à l'aspect final du pain. Je comprends bien qu'il soit difficile de parler de ça pour un kilo, mais pour 100kg c'est juste. A ce niveau, se sont des pâtons qui font entre 7 et 8 kg parfois 10kg. Après avoir pesé et divisé la pâte en pâtons « définitif », la phase qui suit s'appelle la détente (ou l'apprêt), la fermentation continue sous une autre forme. Dès le façonnage terminé, se déroule l'amylolyse (transformation de l'amidon qui ne se fait pas dans la première partie...</p>

5	<p>Nous avons acheté notre farine à l'épautre dans un magasin BIO et il y a comme un problème. Le kg de farine fait 2.5€ soit près...</p>	<p>Je ne vois pas, où est le problème !? - 250g ou 500g ce n'est pas le même prix au kilo ?! Pour 500g, cela fait 3€ le kilo. En utilisant le http://www.opain.com/new-opain/kod/math/calculopain.htm , le Calculopain sur le site, tu verras qu'avec 1 kilo de farine, tu peux faire, 2 kilos de pain au moins. Ton pain te revient en gros à 1,50€ le kib. Au minimum moitié prix...</p> <p style="text-align: center;">De plus tu as eu le plaisir et non l'obligation de le faire...</p>
6	<p>Après avoir pétri ma pâte, j'en prélève 250 g pour le levain suivant ?</p>	<p>Je donne mon avis sur cette méthode dans le site. Je ne suis pas pour.</p> <p>Il faut lire pourquoi, sur le site.</p>
7	<p>Une autre astuce pour une température constante?</p>	<p>Prends un carton fort qui contiendra ton récipient avec ta pâte. Dessous ou sur les côtés, tu places des bouteilles (2,3, ou 4) remplies d'eau bouillante. Elles te donneront la température qu'il te faut. Bien isoler le carton, fais attention que le récipient ne touche pas les bouteilles. Il ne s'agit pas de cuire la pâte avant terme. À travers le carton tu fais passer ton thermomètre. Le thermomètre qui dépasse permet de voir la température sans ouvrir... Pour ainsi, garder une température constante à l'intérieure.</p>
8	<p>Je viens de faire ma 1ère fournée , belle couleur aspect aussi , mais très serré a l'intérieur je l'ai laissé poussé dans une pièce ou il fait 20°?</p>	<p>Bravo pour ta première, mais c'est normal qu'il soit dans cet état! La température du local est trop froide, et celle de la pâte certainement aussi. Dans le FAQ, il y a des solutions pour éviter cela. Il faut les lire et relire ce que je dis sur les températures. C'est important, capital à respecter. Sinon ton pain te fera plus de mal que de bien. C'est sa façon , à lui de t'enseigner...</p>
9	<p>Mon pain ne se colore quasiment pas, il reste blanc. J'utilise un four électrique, en serait-il la cause?</p>	<p>Certainement pas ! C'est parce que tu oublies de mettre de l'eau dans ton four. La particularité du pain Français, c'est l'introduction d'eau (en vapeur), à la fin de l'enfournement. Dans les cinq premières minutes. Pour plus d'info, il faut relire sur le site, la page: http://www.opain.com/new-opain/kod/q-ison/10_0_1_cuis.htm</p>
10	<p>Quelle est la meilleur marque de machine à pain ?</p>	<p>Tu n'es pas sur le bon site. Opain.com n'utilise pas de machine pour faire le pain. Uniquement, celle dont la nature nous a dotée. Le plus ingénieux instrument qui soit : Les bras et les mains. Pour faire un kilo (comme pour 100kg) la machine est inutile. Mais cela devient une question de philosophie et d'art de vivre. La machine n'apporte rien à la qualité alimentaire du pain, bien au contraire, elle détruit tout ce qui y contribue. Elle brise les liens énergétiques entre tous les éléments. Comme un isolant nous évite l'électrocution.</p>

	laquelle acheter ?	<p>Ce n'est pas ce qui est souhaité dans notre cas. C'est pourtant ce que fait la machine. C'est une des raisons principales de notre mauvaise alimentation... elle est faites avec des machines... donc coupée des énergies vivantes... Dans notre pratique, il est certain, qu'en utilisant les Mains, l'Esprit du pratiquant passe dans sa pâte... ce qui oblige, à chacun, de faire un travail sur "SOI", afin qu'il en soit bien meilleur... C'est là, la seule difficulté... pour faire un vrai-Bon Pain... pour la santé...</p>
11	En combien de fois je dois « rafraîchir » mon levain ?	<p>Voir l'exemple dans : Pratique >> Comment faire son levain-chef. http://opain.com/new-opain/kod/l-vin/07_0_01_lvin.htm</p>
12	J'ai entendu dire que plus la pâte est pétrie, meilleur est le pain. est-ce vrai et pourquoi?	<p>Est-ce que tu as testé ? Pour ma part, si tu m'as bien lu, tu devrais savoir que c'est le contraire que je préconise.</p> <p>Je ne crois pas que triturer une pâte pendant plus longtemps qu'elle ne le demande... donc de nécessaire, puisse lui apporter grand chose de positif. Plus on pétri, plus on sert la pâte. Le tissu glutineux se déchire constamment et ne fait pas son office au bout du compte. La mie est déjà normalement serrée dans un pain complet au levain, il me semble inconcevable d'aller plus loin dans le pétrissage, sauf pour avoir une mie encore plus serrée. De toutes les façons, dans le pétrissage, le seule éléments qui soit intéressant, c'est qu'il soit fait à la main. Les arôme, etc... c'est dans le pointage qu'ils se développent. C'est un moment où seule la nature travaille. C'est le temps qui fera la qualité du pain. Après, le façonnage doit se faire le plus délicatement possible. Ce n'est pas là que l'on travaille la pâte. C'est toujours la nature qui s'en charge. Ceux qui disent ce que tu as entendu dire, n'ont jamais fait un pain au levain. Laisse courir, sauf si tu aimes ça ?</p>
13	Cela fait 2 ans que je fais mon pain, avec succès, mais depuis 6 mois il se fragmente en miettes au bout de deux jours! D'où cela peut-il provenir?	<p>Il est probable que tu as changé quelque chose dans : - Soit ton approvisionnement d'ingrédients - Soit ta méthode de travail. Tu pourras trouver ta réponse dans : <i>Pratique >> cuisson >> Défauts constatés >> Mie qui s'émiette.</i> http://www.opain.com/new-opain/kod/q-ison/10_0_1_cuis.htm</p>
14	J'aimerais savoir pourquoi j'obtiens toujours un pain à la croûte trop dure?	<p>Les causes de cette état peuvent être multiples. Ton problème peut provenir: - Soit du manque de buée - Soit d'un four pas assez chaud, car ce sont les plus courants. Il y en a d'autres que tu trouveras dans la rubrique: Pratique>>cuisson>>défauts constatés>>croûte épaisse http://www.opain.com/new-opain/kod/q-ison/10_0_1_cuis.htm</p>

15	Pourquoi doit-on après le pétrissage et la première levée aplatir et chasser au maximum l'air?	C'est en fait le gaz carbonique du à la fermentation que tu chasses de la pâte. (Ce n'est pas grave si tu en laisses). Et en la façonnant tu y introduits de nouveau de l'air.
16	Je me suis mis à faire mon pain car très déçu de mes boulangers. Mais il est très dur de trouver les diverses farines : seigle...	Oui, comme pratiquement nous tous. Vous trouverez tout ce qu'il vous faut dans les: <i>Pratique</i> >> <i>Fournisseurs</i> : http://www.opain.com/new-opain/kod/fournisseurs/05_0_0_fournisseurs.htm
17	Voilà ma façon de faire du pain, est elle bonne ? 1er pétrissage en fin d'après midi, 2 eme vers 22 h et levé toute la nuits t°20 cuisson vers 8h00	Ce n'est pas ma méthode. C'est la tienne. Pour te dire si c'est bon, il faudrait que je l'essaie. Je n'ai ni le temps, ni envie de le faire. Comme tu veux un conseil, le voilà : Reprends l'étude de ma méthode, surtout la Philosophie et tires-en ce qui doit t'être utile. Ta méthode n'est pas forcément mauvaise, si tu réussies à faire un pain. L'important c'est ça... pas ma méthode.
18	Est-il préférable de me servir d'une farine T55, ou d'un mélange, afin d'éviter un pain trop compact ?	Il faut savoir ce que l'on veut !? Vouloir faire son pain au levain , c'est normalement, pour avoir autre chose que ce que le boulanger du coin de la rue offre tous les jours! Alors, faire son pain au levain , c'est aussi un état d'esprit , qui doit mener à une meilleure alimentation. Saine, nourrissante, naturelle...pour une meilleure santé. Si c'est pour faire aussi mauvais , ce n'est pas la peine, vous n'y arriverez pas. Ils ont leurs secrets, que je ne connais pas. Parce que je ne suis pas chimiste... Mais si vous voulez faire de l'excellent , alors allez lire les pages Philosophie, Théorie, et ensuite si cela vous dit, les pages pratique, et vous trouverez la réponse, comme le Bouddha : l'Éveil...
19	En ce qui concerne tes stages de 2 jours je suis un peu sceptique sur les bienfaits que l'on peut en tirer?	En plus de temps? Tu n'apprendras rien de nouveau. Ce que tu peux acquérir en plus c'est de l'expérience , pas besoin de payer pour ça, tu dois pratiquer seul. En 2 jours , tu sauras comment faire, reconnaître, sentir un levain à coup sûr et une pétrissée complète, avec toutes les astuces (qui sont déjà données dans le site). Mais une fois montrées elles s'assimilent mieux, tu imprimes dans ton cerveau. En général les stagiaires se préparent sur le site, en ce qui concerne la théorie, pour pouvoir passer à l'essentiel de suite, c'est à dire à la pratique. C'est ce que je préconise et c'est ce que tout le monde fait, personne ne m'a jamais dit, ne pas en avoir eu pour son argent... Pour l'instant (10 ans).
20	Comment faire un pain de un kilo ?	Le lien se trouve au bas de la page d'accueil de Pratique. http://www.opain.com/new-opain/kod/001_1_1_pratique_intro.htm

21	<p>La coupe avant enfournement me semble un geste éminemment technique. Quelqu'un peut-il faire part de son expérience? Merci pour ce beau site!</p>	<p>Désolé, il n'y a pas suffisamment de boulangers écrivains pour coucher ce geste sur le papier. Je pense qu'il ne peut pas trop s'intellectualiser. C'est un geste instinctif (chargé de "spiritualité", ou de l'Esprit du Pain, si tu préfères), dont la technique se transmet de Maître à élève sans garantie de réussite. Elle ne dépend en aucune manière du Maître, mais de l'élève. C'est son état d'Esprit, sa concentration, sa pratique... et l'amour avec lequel le pain est élaboré, qui fait la bonne coupe. Mais une Bonne coupe c'est quoi ? C'est le pain, lui-même qui te le dit... une fois cuit. Son aspect est beau ou non ? Sa grigne jette ou pas... ? Pour le comprendre, c'est comme l'essentiel de la vie. Il faut pratiquer, pratiquer, pratiquer encore.</p> <p>1 Commentaire La coupe avant enfournement est effectivement un geste technique. Suivant la pousse du pain, il faudra inciser plus ou moins profondément. Plus si le pain est jeune = vert = peu poussé ou à peine si le pain est bien poussé. Il faut donc inciser en tenant sa lame à 45° pour que la grigne prenne une belle tournure au four. Mais un beau pain ne tient pas uniquement du coup de lame... Commentaire laissé par yves le 01/09/2003 à 18h13</p> <p>Merci Yves, pour cette éclairage "Technique". Sans oublier, que "La Technique", c'est comme "La Pratique", il faut pratiquer, pratiquer, pratiquer encore.</p>
22	<p>Je me demandais quelle était la meilleure solution pour conserver la farine !!</p>	<p>Cela dépend des quantités que tu utilises. Elle doit se conserver de manière idéale entre 15°C et 17°C. Dans un endroit assez sec (pas trop humide, mais pas totalement sec) le taux d'humidité maximal de la farine étant de 16%. Au-delà elle ne se conservera pas dans de bonnes conditions. Une solution, c'est de faire sa propre farine maison, en la consommant au fur et à mesure. Ce que disent tous les Meuniers: "Le meilleur moyen de conserver de la farine... c'est en grains." Le grain de blé se conserve bien mieux que la farine, et pendant des siècles.</p>
23	<p>Lorsqu'on a un poids de farine pour un seul pain peut-on se contenter d'une seule levée (enfournement directement après la première)?</p>	<p>Oui, tu peux le faire, mais je ne le conseille pas. Tu joues avec la qualité de ton pain, de plus il n'aura pas de tenue, il y a de grande chance pour que cela soit plus une galette que du pain. Toutes les fermentations n'auront pas eu lieu. En procédant de la sorte, tu réduis le temps des fermentations, et tu fais ce que tous les Boulangers du coin de la rue font. C'est à dire le pain d'aujourd'hui : le mauvais. Même pour un pain, tu dois travailler la gestuelle de 100 pains, c'est important. Les automatismes sont les mêmes. Je comprends bien ton problème, c'est ce que je dis tout le temps: il est plus facile de faire 30 kg de pâte plutôt qu'un seul. Car le mouvement pour 30kg est naturel, il l'est beaucoup moins pour un kilo, parce qu'il n'y a pas assez de pâte. C'est pour cela qu'un stage est aussi intéressant. Mais persévère, tu réussis, le plus difficile.</p>
		<p>Non, si vous faites correctement vos calculs, plus vous augmentez la quantité d'eau,</p>

24	Un taux d'hydratation (TH) de 60% par exemple, me donne une boule compacte ?	<p>moins vous mettez de farine, pour un même poids de pâte. À 60% de TH, votre pâte est assez molle, dite "Bâtarde". Parce qu'elle est à l'intermédiaire entre la pâte dure, et la molle À 50% de TH elle est dure. À 70% de TH, elle est molle.</p> <p><i>TH: voir ici : http://www.opain.com/new-opain/kod/maths/08_1_1_maths-th.htm</i></p>
25	Je cherche des infos sur les différences qu'il y a entre pain complet et pain intégral (beaucoup de confusion)?	<p>La Différence n'est pas énorme. Les deux sont complet. Mais "l'Intégral" est un peu plus complet que le complet. Très peu d'estomacs supportent l'intégral en France. Par contre c'est un pain beaucoup plus courant en Allemagne par exemple. Cela dépend de son taux d'extraction. C'est à dire : plus on extrait de farine dans 100kg de blé et plus le pourcentage de matière minérale est élevé. Pour une farine de type 150 (intégrale) son taux d'extraction sera environ de 95% (et un taux de cendre supérieur à 1.4%). Pour un type 110, il sera de 90% (pour un taux de cendres de 1% à 1.2%).</p>
26	En voyant certains de vos pains en photo, je trouve que la mie est belle et aérée avec de grosses bulles pas comme mes baguettes. Pourquoi ?	<p>Parce que ce ne sont pas des baguettes. Pour ce qui est de la consistance de mes pains, ils sont aérés pour certains mangeurs et très dense pour d'autres. Mais la mie, d'un pain complet et/ou Intégral, a cet aspect. Elle ne devrait en rien ressembler à la mie d'une baguette. Même si la tendance va de plus en plus aller vers ce type de mie... pour s'adapter au goût du consommateur nouveau. Ce qui est, pour ma part une erreur... mais c'est un autre sujet... Tes baguettes, enfin la pâte de tes baguettes est probablement trop triturée, voire trop complète... alors fait des pains ronds... tu seras plus dans l'authentique qu'avec des baguettes qui ne sont qu'illusion... Une baguette est faite pour durer 12h00 de temps. Un pain au levain est fait pour la semaine... minimum. Pour cela il doit avoir une mie, hydratée, donc avec de l'eau dedans, Il est consistant naturellement. Ce que n'exige pas une baguette qui, elle est pleine de vide... pour sécher plus vite... Et ainsi te faire revenir (comme un junky) chez ton boulanger tous les jours... Pour que ton cerveau enregistre que sans pain, tu es un homme mort de faim... donc tu acceptes tout et n'importe quoi, puisque l'on te dit que c'est du Pain... Il faut réfléchir aussi à cela... CQFD</p>
27	J'ai des petites bêtes dans ma farine, il y a aussi des larves, je voulais savoir si c'était embêtant pour le levain et le pain et si en tamisant la farine je pouvais l'utiliser?	<p>Ce n'est pas grave en soi, mais cela dépend de l'avancement de la contamination... Ce sont des larves de mites. Bientôt les papillons, alors là attention les vêtements. (non, ces mites là n'attaquent pas les vêtements... sinon je n'aurais que des guenilles à me mettre) C'est aussi une indication sur l'âge de ta farine. Trop vieille... Les mites ont eu le temps de venir au monde... Donc à jeter pour tout ce que tu dois faire. Ceci dit, si ce sont les larves (des petits vers blancs qui court sur la table), en tamisant, tu peux récupérer ta farine et t'en servir... surveillance malgré tout ton stockage, il est probablement trop chaud.</p>
28	Quelle quantité de pâte garder pour la prochaine fournée ?	<p>Ne gardez pas de pâte. Faites plutôt un peu plus de levain que nous mettrons de côté. Un minimum de 500g.</p>

		Relire ce que j'en dis sur le site
29	Pouvez vous me dire ce qui donne un goût de noisette au pain?	<p>Goût de Noisette ou de Noix ? En général, le goût prononcé de Noix provient du seigle que l'on met dans le mélange de farine (10%) suffit. La noisette, c'est seulement le fait que la farine soit complète, et assez fraîche (une à deux semaines) En principe...</p>
30	Un pain réalisé avec un pointage de 6 h a plus de goût, pourquoi ?	<p>Je ne pense pas que l'on puisse dire cela. C'est selon ton palais, un pain qui a du goût, un goût certainement de levain plus fort. Mais certainement pas le meilleur pain, gustativement parlant. Pour les raisons que j'explique dans le site, ce ne sont pas les mêmes "ouvriers " qui travaillent, donc l'élaboration "bactérienne" du pain sera différente avec des saveurs différentes. Un peu comme de la viande faisandé. Nous pouvons dire qu'elle a plus de goût, ce n'est pas pour cela que c'est la meilleure viande à manger tous les jours. Sinon attention à la goutte. Je ne connais pas l'équivalent pour le pain, mais il est certain qu'un pain dont la dose de levain est trop importante, ou que sa levée est trop longue, peut à terme être préjudiciable pour la santé...</p>
31	Dans votre site, il manque quelques recettes de petits pains, si je peux me permettre ?	<p>Exact ! Et pourtant il y en a. Elles sont destinées aux abonnés. En vous abonnant à la circulaire/newsletter, c'est gratuit. Vous aurez les recettes que vous demandez, une nouvelle chaque mois en principe. D'autre part, il y en a dans le livre (http://www.opain.com/livres/lelivre.htm)</p>
32	Dans la section "Maths", vous dites qu'il faut connaître le pouvoir d'absorption d'une farine, d'accord mais comment le détermine-t-on?	<p>C'est surtout important pour un professionnel. Question de rendement et de gestion. Il doit connaître le pouvoir d'absorption de sa farine, qu'il détermine par des tests, par rapport à la farine qu'il utilisait précédemment, et son état de fraîcheur. Car les quantités qu'il utilise sont plus importantes que les 500g d'une fournée à la gazinière. Il peut se retrouver soit avec moins de pâte que prévu ou le contraire. Ce qui a un coût évidemment</p>
33	Où trouver des paniers en osier de taille et de formes différentes?	<p>Dans les magasins spécialisés, dans la vente de matériel de restauration, boulange... comme Matfer, voir les liens amis pour le contact. Tu as aussi tous les vanniers. Pour cela en passant par "Google" tu trouveras ce que tu cherches dans ta Région. Tu peux aussi faire comme moi : les fabriquer en noisetier, ou autrement... Un petit stage d'apprentissage, pendant les vacances et c'est parti...</p>
34	Comment trouver toutes les pages du site ?	<p>Le site est composé de trois grands chapitres. Théorie, Pratique et Philosophie, et les annexes Il y a aussi un Flash-Infos, Boul@nger et un retour à l'Édito. Dans chaque page de tous les chapitres, il y a un menu, qui permet de se rendre sur toutes les pages du site. Il y a également la page Plan du site, en bas de pratiquement toutes les pages.</p>

Note: La FAQ et le Livre d'Or, sont mis à disposition sous forme de e-book à partir de septembre 2011. Ceux qui veulent s'exprimer le font par mail depuis longtemps. Je reporterai leur impressions au fur et à mesure.

Normalement,

plus le TH (http://www.opain.com/new-opain/kod/math/08_1_1_maths-th.htm)

(donc l'hydratation) est important, plus le pain a de facilité de développement à la cuisson.

Cependant, cela est associé à la qualité et à la capacité du four.

Ce qui n'est pas vraiment le cas de nos cuisinières (qui ne sont pas faites spécialement pour le pain).

Donc, si je te réponds : oui sans rien dire de plus.

Tu vas faire une pâte plus hydratée.

Résultat tu ne sauras plus quoi faire avec.

Une pâte ferme te permet de la travailler, quand tu débutes, plus facilement, alors qu'une pâte plus hydratée demande une technique déjà élaborée (ce qui n'est jamais le cas pour un débutant).

Pour voir vraiment la différence, il faut avoir un four assez performant (c'est à dire : à pain).

http://www.opain.com/new-opain/kod/fournisseurs/05_1_01_four_four.htm

Mais, si tu veux absolument essayer, je te conseille d'y aller prudemment.

Monte ton TH d'un point à chaque fournée.

C'est surtout la manipulation de la pâte qui devient de plus en plus délicate.

Tu arrêtes quand tu veux, surtout quand tu ne maîtrises plus ta pâte.

1- Le TH influe-t-il sur le résultat final?

2- Un TH de 53 à t'il plus de difficulté à gonfler du fait d'une pâte plus ferme?

En tant que débutant, tu fais l'erreur de ton état.

Car en principe le pain journalier ne devrait pas avoir de mie, pas trop dans tous les cas.

S'il a cet aspect, c'est qu'il est trop épais (erreur de débutant).

Essaye-donc de le faire de plus en plus fin.

Tu y trouveras la bonne épaisseur de cette façon et quelque chose de bien bon.

Étant débutant, j'ai tenté de faire du pain journalier selon votre livre. D'aspect, il me paraît très bien, une fois cuit. Malgré tout, je le trouve très indigeste. En effet, la mie est très serrée...?

Je ne vois pas par rapport à quoi?

La baguette?

ou celle des pains du boulanger du coin de la rue?

ou, par rapport au pain que tu fais au levain?

Si c'est oui, je te répondrai, par ta pratique.

Il y a des "pros"; donc des boulangers avec toute la respectabilité de leurs pairs, qui ne savent pas faire du pain au levain, et encore moins à la main.

Alors, si tu fais le pain au levain à la main tel que je te le conseille.

Tu auras une mie très souple et correcte, correspondant au standard du vrai pain au levain, d'Opain.com.

Il sera super.

Mais il ne ressemblera en rien au pain (sa mie) de ton Boulanger.

Comment obtenir une mie plus souple?

Vous parlez de fabriquer un pain avec deux farines différentes (deux variétés de céréales) cela est-il favorable?

Plutôt oui, mélanger du blé et du seigle donne au pain une force nutritive unique et savoureuse.

Mais ne débutez pas avec des mélanges.

Faites vous la main avec du blé.

		<i>J'en explique les raisons dans le livre et sur le site</i>
39	Je n'ai pas trouvé l'ensemble des proportions des ingrédients, notamment la quantité d'eau et de sel que vous recommandez d'utiliser?	<p>Il faut prendre aussi le temps de lire les pages concernant le kilo. http://www.opain.com/new-opain/kod/gaz/kilo/06_2_0_intro-unkilo.htm</p> <p>Aussi les autres et d'utiliser le Calculopain. http://www.opain.com/new-opain/kod/math/calculopain.htm</p>
40	Mon levain sent le "vomi". Est ce normal?	<p>Pas de problème, pour l'odeur c'est normal, plutôt bon signe, il digère bien ce qu'il mange.</p> <p>Si nous sentions ce que nous avons dans l'estomac nous mangerions certainement moins.</p> <p>C'est le propre de cette fermentation</p>
41	Lorsqu'on a un poids de farine pour un seul pain peut-on se contenter d'une seule levée et enfourner directement après la première?	<p>Oui, tu peux le faire, mais je ne le conseille pas.</p> <p>Tu joues avec la qualité de ton pain, de plus il n'aura pas de tenue.</p> <p>Il y a de grande chance pour que cela soit plus une galette que du pain.</p> <p>Toutes les fermentations n'auront pas eu lieu.</p> <p>En procédant de la sorte, tu réduis le temps des fermentations, et tu fais ce que tous les Boulangers du coin de la rue font.</p> <p>C'est à dire le pain d'aujourd'hui : le mauvais.</p> <p>Même pour un pain, tu dois travailler la gestuelle de 100 pains, c'est important. Les automatismes sont les mêmes.</p> <p>Je comprends bien ton problème, c'est ce que je dis tout le temps: il est plus facile de faire 30 kg de pâte plutôt qu'un seul, car le mouvement et naturel, il l'est beaucoup moins pour un kilo.</p> <p>C'est pour cela qu'un stage est aussi intéressant. Mais persévère, tu réussis, le plus difficile.</p>
42	Quand je n'ai pas le temps parfois j'achète du pain qui est cuit à la vapeur! Je voudrais savoir comment faire?	<p>Je ne pratique pas ce genre de cuisson.</p> <p>Car c'est plutôt une cuisson du type industrielle.</p> <p>Voir avec les sites qui traitent de ce type de pain, pour avoir ta réponse.</p>
43	Mon pain de lève pas, il s'étale ?	<p>Relire " les défauts du pain" dans Pratique. http://www.opain.com/new-opain/kod/q-ison/10_0_1_cuis.htm</p> <p>Dans le livre aussi, la solution s'y trouve. http://www.opain.com/livres/lelivre.htm</p>
44	Mon levain sent fortement le vinaigre malgré un rafraîchi à la farine complète et eau de source alors	<p>C'est normal.</p> <p>Continue à le nourrir.</p>

	qu'avant son odeur était très agréable la chaleur y est-elle pour quelque chose?	Un levain une fois parti ne meurt jamais. À moins de l'y aider avec un produit chimique
45	J'ai suivi vos conseils pour le levain chef ma pâte n'a pas levée , je suis novice une petite astuce peut être ?	Toutes les astuces sont sur le site, ou dans mon livre. Il suffit de prendre le temps de lire. TOUT SIMPLEMENT.
46	Quand vous dites: "la même quantité d'eau et de farine", je suppose que vous parlez de même poids. Est-ce bien le cas?	OUI !
47	Même réglé à fond (280), mes fours électriques et à gaz ne montent pas à 250 (je reste à 200-210). je pense que cela le fait sur tous les fours, non?	Oui, c'est souvent le cas. Il y a des astuces que la sécurité m'interdit d'écrire. Soit tu y réfléchis, soit tu vas voir sur la page «comment améliorer son four» http://www.opain.com/new-opain/kod/gaz/06_0_0_teknicgaz.htm dans pratique, et poses tes questions à Pascal (c'est lui qui a fait la page) il saura te renseigner avec précision, c'est un expert. <i>Voir aussi ici:</i> http://www.opain.com/new-opain/kod/fournisseurs/05_2_05_four_ustensil.htm
48	Le thermostat à 9, je ne sais pas quelle température cela indique ?	C'est 250°C ou 480°F
49	Au sujet de mon levain qui sent très fort : farine bio du 10/2004 et eau de source !!! malgré cette odeur le pain lave très bien et n'est pas acide.	Si ton Pain est beau et bon, je ne vois pas où est le problème? Un levain, qui a faim, sent fort. C'est normal. Ton "inquiétude" sur son odeur, c'est probablement parce que tu n'as jamais senti un autre levain que le tien? En ce qui concerne la date de péremption de ta farine pour le 10/04, ce doit être une farine mise en sac en Février, elle est déjà trop vieille. Essaie de nourrir ton levain avec une farine fraîche. Il pourrait bien changer d'odeur?

50	Qu'est-ce que ça veut dire : rafraîchir ?	Concrètement c'est donner à manger et à boire à son levain. Comme tout ce qui est vivant, ça doit se nourrir... Parce que ça mange et ça boit ...
51	J'ai acheté un sachet d'extrait de levain de marque vitam chez Biocoop mais aucune notice en français comment faire ?	Mets-le à la poubelle.... Je te donne la technique pour que tu fasses ton pain au levain toi-même. La vie te le dit aussi, en ne mettant pas de notice dans une langue que tu comprends ... Alors d'après toi que dois-tu faire?
52	Après la première fournée, quand on a récupéré une portion de levain. Combien de fois doit-on le rafraîchir avant la nouvelle fournée ?	Pour cette question, il faut relire ce que je dis... En prenant le temps de comprendre. C'est expliqué très clairement.
53	Le levain prélevé sur le chef ne lève pas en 2 ou 3 heures, mais en 6 ou 7. Pourtant il fait 28° et l'eau et la farine sont à 26° et 25° environ et j'ai bien fait les rafraîchis tous les 2-3 jours...?	Là franchement, il doit y avoir une donnée que je n'ai pas, pour te répondre correctement. Cela peut dépendre d'une foule de raison. Comme par exemple le récipient que tu utilises? Trop grand? Pas assez grand? en métal? en grès? en non-alimentaire? en tout ce qui peut exister... Je ne peux que te proposer ta propre observation, et tes expériences... Parce que avec ces températures, ton levain devrait "se barrer" de son pot... Il devrait y avoir une très grosse fermentation, Est-ce que c'était le cas lors de rafraîchis...?
54	Enlever ou non la croûte du levain ? En effet, certains boulangers conseillent de l'enlever avant de le rafraîchir, et vous non. Qu'est-ce que ça change ?	C'est comme celle du lait, tu enlèves le meilleur. Un concentré de micro organismes, enzymes... indispensables. D'un autre côté, si tu veux garder des arômes je te conseille même de lui en faire faire un maximum, et de le re-nourrir sans rien enlever. Lui faire faire de la gym...monter/descendre (hydratation/déshydratation) c'est très bon pour lui. J'ai retrouvé des arômes assez intéressants comme cela. Les autres, ceux qui conseillent autre chose, ne font que du " jeune", ou n'y connaissent rien. Ta grand-mère disait certainement (elles le disent toutes) c'est dans les vieux pots que l'on fait les meilleurs confitures.... tu connais?
55	Est-ce que je peux utiliser l'eau de mon robinet ?	Enclencher une fermentation naturelle avec l'eau du robinet peut poser quelques problèmes. L'eau potable de distribution est très souvent chlorée. On peut se poser sérieusement la question de savoir s'il y a toujours une possibilité de vie aux micro-organismes, souhaités pour la fermentation ? Si vous n'avez pas d'autre possibilité, "déchlorer" n'est pas impossible. Laissez reposer, aérez en remuant l'eau où ajouter quelques gouttes de jus de citron. Vous pourrez ainsi réduire fortement ce problème. Mais je conseille, vu les petites quantités d'eau réclamées pour la réalisation d'un

		<p>levain-chef, et même d'un pain de un kilo (300g d'eau) d'utiliser une eau de source du commerce.</p> <p>Le coût n'est pas exorbitant.</p> <p>Mais attention, de l'eau de source (Montroucou, Rosée des Fées, Montcalm...) pas d'eau minérale aux vertus thérapeutiques réelles ou supposées, car certaines sont tout simplement excédentaires soit, en Calcium (Contrex), en Sodium (Apollinaris, Vichy), ou en fluor (Saint Yorre), donc impropre à la réalisation d'un levain et de Pain...</p>
56	Pouvez-vous indiquer comment apprécier la bonne température d'un four à bois pour cuire le pain?	<p>La réponse se trouve là : http://www.opain.com/new-opain/kod/chof/chof.htm</p> <p>Mais aussi voilà quelques astuces que donnent Les Fours Grand-Mère pour définir une température de four, sans autre matériel que votre observation...et la science.</p> <p>Une pincée de farine jetée sur la sole, brûle et fume à partir de 270°C</p> <p>La farine brunie et progressivement noircit à 220°C</p> <p>Il faut savoir aussi: que le sucre brunie et noircit dès 170°C</p> <p>Une goutte d'eau mouille la brique et s'évapore avant 100°C, si au contact de la sole la goutte s'éparpille et crépite en fines gouttelettes, ce qui veut dire que les 200°C sont dépassés.</p>
57	Est-ce que je peux utiliser de l'eau distillée pour faire mon levain chef ?	<p>C'est simple, l'eau distillée est une eau morte, vraiment morte.</p> <p>Si je te conseille une eau de source fait moi confiance.</p> <p>C'est la meilleure solution.</p> <p>Ce genre d'expérience a déjà été faites par d'autres, inutile de recommencer pour le plaisir... mais ce n'est que mon avis.</p>
58	Je comptais utiliser pour commencer de la farine d'épeautre ?	<p>Je déconseille, c'est une farine assez difficile à appréhender même pour un professionnel.</p> <p>Pour démarrer, mieux vaut commencer par ce qui est au premier abord plus facile : le blé... le temps de se faire la main.</p> <p>Et de toutes les façons utilisez un mélange.</p> <p>Il est plus enrichissant de se faire la main avant d'attaquer les épeautres.</p> <p>Il y aura moins de déceptions... et vous continuerez à faire du pain au levain</p>
59	Abonnée depuis 1 mois à la Circulaire/Newsletter, j'aimerais savoir si on peu consulter celles des mois précédents. Si oui, comment?	<p>OUI, en allant dans les Archives de Newsletter dans Philosophie.</p> <p>http://www.opain.com/new-opain/philo/newsletter-dossier/0030_1_4_archi-newsletter.htm</p>
60	Quel est le meilleur TH pour commencer a faire son premier pain?	<p>Je le dis dans le site...</p> <p>Il faut relire la page. http://www.opain.com/new-opain/kod/petrise/09_0_01_petri.htm</p>

61	Y-a-t'il une différence entre la mouture sur pierre et celle sur cylindre ?	<p>En effet l'incorporation du germe, qui se fait naturellement avec les meules, pose des problèmes avec les broyeurs à cylindres.</p> <p>Au passage, le germe, toujours à cause de sa forte teneur en matière grasse, forme des sortes de petites plaquettes que les appareils de bluterie évacuent mal, et qui ne peuvent être incorporées telles quelles dans la farine.</p> <p>C'est pour cela qu'il est important de vérifier le mode de mouture.</p> <p>Toute la Farine Bio, ne provient pas forcément d'une mouture sur meule de pierre. Faites attention !</p>
62	Comment trouver la recette du pain de base de 1 kilo ?	<p>Plusieurs possibilités:</p> <p>Par la Page Pratique >> <i>Au bas de cette page</i>, il y a un lien... http://www.opain.com/new-opain/kod/001_1_1_pratique_intro.htm</p> <p>Par les menus sur le côté de <i>toutes les pages principales</i>, sur le lien >>Comment faire...</p> <p>Par le Plan du Site... <i>au bas de toutes les pages...</i></p> <p>Bon apprentissage. Je ne peux rien faire d'autre. Si tu n'y arrives pas maintenant recommence plus tard ou demain, c'est peut-être ta ligne qui fonctionne mal en ce moment ?</p>
63	Lorsque j'ai voulu retirer mon pain de mon panier et du tissus, malgré que j'avais fariné ce dernier, ma pâte est restée collée. Comment faire ?	<p>Tu as:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Soit Une pâte très hydratée - Soit des couches(tissus) trop sèches, elles absorbent l'humidité de la pâte... et ça colle <p>...</p>
64	J'ai essayé de faire du pain au levain. Je le trouve très bon mais la mie n'était pas aussi aérée que celle de la photo de votre livre. Mon pétrin était en inox, cela a-t-il une incidence ?	<p>Probablement que Oui...</p> <p>Il existe bien d'autres récipients avant d'en arriver à l'inox. Le meilleurs étant ceux faits en Bois:</p> <ul style="list-style-type: none"> - soit en Hêtre - soit en Peuplier <p>Ce sont tous les deux des bois alimentaire... c'est à dire Neutre.</p> <p>Voilà pour le Pétrin, mais pour ta mie, c'est un autre problème.</p> <p>Cela peut aussi provenir du mode de cuisson... tout comme de plein d'autres critères...</p> <p>Cherche dans la FAQ, il y a des Questions/Réponses sur ton sujet... Tu verras que ton problème n'est pas unique...</p>
65	Pour un kilo de pain complet, peut-on réaliser la cuisson avec un four électrique?	<p>Dans le FAQ, tu as la réponse.</p> <p>Évidemment que c'est possible, c'est un four qui monte à la température de cuisson du pain (th9 – 250°C), il y a aussi des solution pour l'améliorer.</p> <p>De toutes les façons l'idéal, c'est un four en briques, (http://www.opain.com/new-opain/kod/fournisseurs/05_1_01_four_four.htm) mais tout le monde ne peu pas en installer un sur son balcon.</p> <p>Alors il faut faire au mieux avec ce que tu as... et j'ai obtenue une solution avec les Fours Grand-mère. (http://www.opain.com/new-opain/kod/fournisseurs/05_2_05_four_ustensil.htm)</p>

		Aujourd'hui, je pense (malheureusement) qu'il y a plus de gens qui utilisent leur four électrique pour cuire leur pain que le contraire.
66	C'est quoi une farine T110, T80 ?	<p>Définition de la farine: « La farine sans autre qualificatif est le produit de la mouture du grain de blé, nettoyé et industriellement pur » La composition de la farine varie en fonction de son taux d'extraction et l'on distingue plusieurs types de farine. Le type 45 (T45) ou le taux d'extraction se situe entre 65 et 70% Le type 150 (T150) ou il est de 95%. L'extraction, c'est ce qui est enlevé au grain, par tamisage. Les autres Types sont : T55, T65, T80, T110. En dessous de la T80, il n'y a plus rien de valable dans la farine... de mon humble avis. Je n'utilise jamais de farine en dessous de la T80, pour tous les types de farine et toutes les confectios... Ainsi, je fais mes petits pains Spéciaux à la T80, comme mes Brioches... Mes clients se sont toujours précipité dessus, sans trouver à y redire... sauf qu'elles étaient "Divine"...</p> <p><i>Voir aussi : la réponse 69</i></p>
67	Quelle quantité de sel faut-il mettre ?	<p>Elle est indiquée partout où le sel est nécessaire Cependant, généralement c'est 35g par litre d'eau de coulage. Pour avoir la dose exacte pour le pain? Utiliser le Calculopain Mais tu peux baisser cette dose jusqu'à 20g, ce sera meilleur pour la santé, et c'est ce que je fais. J'ai pu constater qu'en dessous de cette quantité, certains arômes importants (ceux qui marque un pain) disparaissent... c'est donc préjudiciable à l'ensemble. Si la Question est : Pourquoi? Ma réponse sera : Je n'en sais rien. C'est une constatation de terrain. Pour avoir la réponse, il faudra attendre qu'un scientifique se penche sur la question... Mais cela reste un fait, auquel je prête attention pour la qualité de mon pain.</p>
68	J'aimerais savoir si vous organisez des stages pour apprendre à faire votre pain au levain?	<p>Oui, pendant les beaux jours, de Pâques à la Toussaint en gros, pour l'instant je ne suis pas équipé pour les mois d'hiver. D'autre part je mets en place une nouvelle organisation sur 2 jours. Je prends les inscriptions malgré tout.</p> <p style="text-align: center;">ATTENTION</p> <p>Ce n'est plus le cas, si vous lisez ce livre électronique. Depuis 2011, j'ai suspendu cette activité. J'espère la reprendre dans le temps. Pour savoir quand? Je vous suggère: - Soit de vous inscrire à la Circulaire... vous serez tenu au courant de la reprise. - Soit, par l'intermédiaire du Site, - Soit par la page de mise à jour, qui se trouve à la fin de cet ouvrage. <i>Voilà pour ceux qui veulent être informé, il y a des possibilités... Merci</i></p>
69	Comment peut-on apprécier la pureté d'une farine ?	<p>Il faut savoir ce que l'on entend par pureté ! Depuis 1963, en France, les types de farines sont définis sur la base de leur taux de cendres (matières minérales). Il y a davantage de matières minérales dans la périphérie du grain qu'au centre de l'amande, et la teneur en cendres représente indirectement la pureté. Le type T110 correspondant à des teneurs en cendres comprises entre 1,00 et 1,20% de la matière sèche de la farine.</p>

		<p>C'est celui que je préconise normalement pour à la panification courante; ce type correspond à un taux d'extraction voisin de 88 à 90%.</p> <p><i>Voir aussi une autre question : voir la réponse 66</i></p>
70	<p>Comment faire du pain bio, pour un ami qui ne peut pas manger de gluten? Y a-t-il une possibilité? Des alternatives?</p>	<p>Que le pain soit Bio ou Non, c'est effectivement un problème. Je n'ai malheureusement pas de solution, car cela dépend du degré de l'intolérance.</p> <p>Il existe cependant des farines " substituées" comme le sarrasin, le riz, le millet et d'autres, en magasins diététiques. Cela reste malgré tout compliqué de faire du pain, sans gluten, parce que c'est grâce à lui si nos boules de pain sont si rondes.</p> <p>Le sarrasin, n'est pas fait pour faire du pain... mais des galettes. C'est là qu'il s'exprime le mieux. Alors, pourquoi s'acharner à faire du pain avec une farine dont la destination finale n'est pas celle que voulons absolument lui donner? N'est-il pas préférable d'avoir de bonnes galettes de sarrasin, par exemple, sur sa table, plutôt qu'un mauvais pain du même ingrédient?</p> <p>Selon le degré d'intolérance, il y a les épeautres "grand ou petit", mais là il faut faire aussi attention de quoi nous parlons. Il existe différentes variétés d'épeautres <i>Il faut faire attention à leur appellation</i> Car malheureusement, il y a eu des petits malins dans la recherche, qui n'ont rien trouvé de mieux que d'hybrider une variété de grand épeautre avec du blé... pour des raisons, évidemment absurdes de facilité de cultures et autres fadaïses... Toujours est -il, que cette épeautre est le plus répandu en Bio, dans toutes les préparations, biscuits etc...</p> <p>Si vous achetez ces produits en pensant à l'abri de votre problème de gluten... ce ne sera pas pour longtemps. Résultat, vous dénigrez les qualités des épeautres (grands) et vous n'en voulez plus. Alors que les variétés anciennes des "Spelta" sont étudié sur des sujets depuis plus de trente ans, scientifiquement et médicalement, sans qu'ils n'aient jamais eu de cas problématiques.</p> <p><i>Voir aussi : http://www.opain.com/new-opain/tori/cereales/0041_3_3_otrecereal_epo.htm</i></p>
71	<p>Je ne sais pas quelle farine utiliser : complète, bise, seigle. ?</p>	<p>En lisant les pages Théorie et Pratique, tu trouveras la réponse.</p>
72	<p>Si l'on fait 2 kg de pâte pour faire deux pains de 1 kg chacun, est-il grave que le 2eme pain lève 3/4h de plus que le 1er? Ma cuisinière n'en contiendra pas deux à la fois?</p>	<p>Voilà une bonne question. La logique ne serait-elle pas de faire tout simplement, deux pâtes avec 3/4 d'heure d'écart minimum? Parce qu'évidemment, ta seconde pâte aura un apprêt plus long d'une heure minimum. Etant donné que la cuisson d'un pain n'est jamais ce qu'on attends qu'elle soit, c'est à dire vite et bien, du point de vue timing...</p> <p>Autrement, tu prends le risque d'avoir une galette.</p>

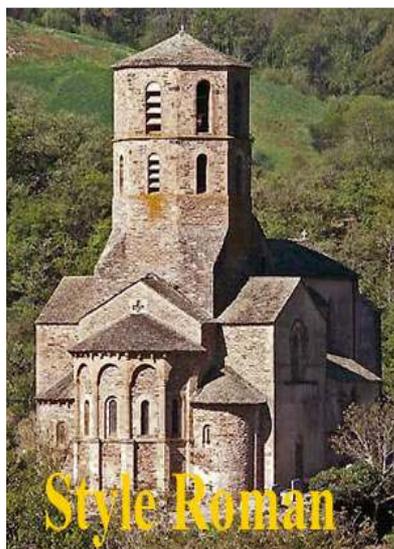
J'en donne déjà les explications détaillées dans le site.

C'est qu'en général il est fait de farines complètes le type de fermentation est différente que celle avec levure. Son "architecture" n'est pas la même.

Je dirais que le Pain au levain, c'est au niveau architectural : du Roman

Le Pain à la levure : **du Gothique**

Pourquoi, le "Roman" à l'air plus lourd que le "Gothique" ?



Peut-être que dans le "Gothique" il y a plus d'air qui passe... cela peut paraître plus joli à l'oeil, mais c'est aussi plus fragile... à l'image de notre société...

Était-ce déjà les prémisses d'une décadence des vraies valeurs???

73

Une question peut-être bête, pourquoi le pain au levain est plus lourd ?

74

J'habite en banlieue d'une grande ville cela peut-il influencer la création d'un levain?

Probablement que oui.

Dans ces endroits, il faut bien convenir que ce ne sont pas les meilleurs pour y vivre sainement.

Même pour des Humains.

75

Pour le pain de 1kg, je ne vois pas les quantités données de façon explicite? Il semble qu'il faille utiliser le calculateur? Qui décide du taux d'hydratation et comment?

Elles sont pourtant indiquées plusieurs fois au bas des photos, en légende, de comment faire son pain de un kilo. (http://www.opain.com/new-opain/kod/gaz/kilo/06_2_0_intro-unkilo.htm)

Pour faire le pain, tu décides toi même de tout.

Il y a seulement des règles à suivre pour le réussir.

Pour commencer, je te conseille de suivre ce que je te propose.

Ensuite tu feras comme tu voudras, mais tu sauras que ça peut marcher.

Le Calculopain est là pour te faciliter la tâche:

<http://www.opain.com/new-opain/kod/math/calculopain.htm>

Autrement il y a la page mathématiques:

http://www.opain.com/new-opain/kod/math/08_0_0_math.htm

Bien, je vais me servir de cette question, pour faire une petite mise au point, qui servira à tous...

Tu te plains de ne pas recevoir la newsletter?

Pour la recevoir il faut être inscrit.

76	Je ne reçois plus la lettre mensuelle. Que se passe t'il ?	<p>Pour ta part, je note deux désinscriptions sur ton adresse mail, pour le mois de décembre. Une le 20/12 et l'autre le 30/12.</p> <p>La newsletter n°17, est partie le 29/12 à 15h15</p> <p>C'est très bien de poser la question, mais je ne comprends pas à quoi tu joues.</p> <p>Si tu fais des aller et retour, avec ton inscription, il ne faut pas s'étonner qu'un jour tu ne reçoives rien!</p> <p>Je ne peux pas forcer ton inscription, c'est toi qui décide.</p> <p>Une autre chose</p> <p>Pour communiquer avec moi, il y a un autre moyen que d'utiliser la FAQ.</p> <p>Une Foire aux Questions, c'est normalement fait pour les questions ayant trait au Pain, en général.</p> <p>Mon contact direct tu l'as sur la page d'accueil du site : Contact@opain.com</p> <p>PS: si tu veux lire les newsletter précédentes, tu peux le faire dans "les Archives" (philosophie) (http://www.opain.com/new-opain/philo/archives/0030_1_1_archives.htm)</p>
77	Qu'est ce que la farine de son? où puis je en trouver ?	<p>La farine de son est un attrape nigauds.</p> <p>C'est de la farine normale en dessous de T65 (donc sans intérêt nutritionnel), à laquelle ils y ajoutent du son en grande quantité.</p> <p>Sois disant pour aider le transit intestinal.</p> <p>Pour le bien de votre organisme, et de votre santé, je déconseille l'utilisation de ce type de farine.</p> <p>Tout comme celui de vouloir faire du pain au/de son.</p> <p>La farine de blé et seigle complète (T150 ou T110) suffisent largement pour aider un transit intestinal récalcitrant, sans risque d'irriter les intestins.</p> <p>Faites votre pain complet au levain régulièrement, sera largement suffisant pour stabiliser ce problème et bien plus agréable à vos papille.</p>
78	Comment faire pour réduire l'acidité du pain au levain ?	<p>Faire comme je dis...à la lettre</p> <p>Mon pain au levain est reconnu comme juste acide pour ne presque pas le sentir.</p> <p>Juste pour que les glandes salivaires entre en action, plus abondamment... c'est juste ce qu'il faut.</p>
79	Pouvez vous me dire où je peux acheter de la farine en grosse quantité? merci.	<p>En Principe chez les meuniers.</p> <p>Il faut trouver celui qui fait du Bio le plus proche de chez toi.</p> <p>Poser la question à la chambre de métiers, pour les adresses ou alors au magasin "Bio" où tu devrais déjà faire tes courses...</p>
80	Puis-je utiliser n'importe quelle variété de farine? (millet, épeautre)	<p>Non pas vraiment, dans tous les cas, si tu démarres seulement maintenant, si non, nous pouvons en discuter...</p> <p>Toutes les céréales ne contiennent pas de gluten.</p> <p>Il est nécessaire de les mélanger avec de la farine de blé, si nous voulons faire un pain "spécial"</p> <p>Voir Théorie>>céréales. http://www.opain.com/new-opain/tori/cereales/41_0_0_cereales_intro.htm</p>
		<p>Il peut y avoir une différence bien entendu, mais ne vous attendez pas à retrouver, les alvéoles du pain à la levure que vous connaissez.</p> <p>La structure même de la mie du pain au levain est serrée.</p> <p>Il ne sert à rien de vouloir avoir une mie identique à celle que l'on a avec de la levure.</p>

81	<p>Je voulais savoir si il y avait un rapport entre le TH et la grosseur des trous dans la mie. Si on veut une mie + aérée faut-il augmenter le TH (par exemple 60 au lieu de 50) ?</p>	<p>C'est impossible. Celui qui vous demontre le contraire dans son pain au levain c'est qu'il y a mis de la levure.</p> <p>Il ne sera donc pas au levain naturel. Plus vous hydratez, plus vous augmentez la difficulté de manipulation de la pâte, cela dépend de votre dextérité. Pour trouver une différence dans l'alvéolage, il vous faudrait un four de professionnel... ce qui semble difficile pour un particulier... Car la puissance de cuisson d'un four qui cuit 80kg de pâte en même temps n'est pas la même qu'un four ménager, avec ses 2kg maxi. Il faut s'y faire... Ce n'est pas pour cela que le pain n'est pas bon...</p> <p><i>Voir aussi la réponse de la question 73</i></p>
82	<p>Où trouver sur le site les étapes, durées-quantités, conditions de conservation pour fabriquer le levain ?</p>	<p>Dans les Pages "Pratique". Il faut y aller et les lire. Ce n'est pas dans la FAQ que je vais vous donner ces réponses... Merci</p>
83	<p>Temps de pousse et temps de cuisson - j'ai beau chercher dans tout le site je n'ai vu ni temps de pousse ni de temps de cuisson?</p>	<p>Tu es, malheureusement, dans ce cas, pas le seul sur Internet. C'est un problème de génération. Regarder les images et oublier de lire... sauf les gros titres. Malgré tout le temps que tu as du mettre pour trouver, tu l'as fait trop vite. En retournant sur les pages concernant ta demande, c'est à dire; 1- les Pousses, parce qu'il y en a 2 : le pointage (dans le but du pétrissage): http://www.opain.com/new-opain/kod/petrise/09_0_0_intro-petri.htm et l'apprêt (notamment dans le 1kilo N°5): http://www.opain.com/new-opain/kod/gaz/kilo/06_2_0_intro-unkilo.htm 2- La Cuisson : http://www.opain.com/new-opain/kod/q-ison/10_0_0_intro-cuisson-bois.htm ET http://www.opain.com/new-opain/kod/gaz/kilo/06_2_0_intro-unkilo.htm Prendre plus lentement et attentivement l'étude pour comprendre.</p>
84	<p>Je ne comprends pas bien le principe du taux d'hydratation du pâton pour l'utilisation de la calculette?</p>	<p>Si dans le calculopain, tu ne mets pas un TH (taux d'Hydratation) http://www.opain.com/new-opain/kod/maths/08_1_1_maths-th.htm, tu ne pourras pas avoir de calcul juste.</p> <p>Un TH à 50% te donnera moitié d'eau et de farine, donc une pâte plutôt dure. 60% de TH, une pâte beaucoup plus hydratée, et ainsi de suite. Avec le calculopain, si tu changes le TH, tu verras la quantité de farine changer, selon qu'il y a plus ou moins d'eau. J'espère que c'est plus clair maintenant?</p>
85	<p>J'ai fait un beau pain rond au levain selon ta méthode. Il craque un peu à la base, cad ouverture. Cela viendrait de quoi ?</p>	<p>J'ai déjà donné cette réponse, sur le site et la FAQ. Un apprêt trop court.</p>

86	Aucun problème avec la farine T80, mais dés que j'essaie de faire un pain avec moitié farine de seigle et T55 le pâton ne pousse pas et après la cuisson le pain reste très compact?	<p>C'est bien, que tu réussisses ton pain à la T80. Comme quoi la méthode est bonne... L'exercice suivant, donc phase 2 de ton apprentissage; serait de mélanger en blé, T80 avec T110, question de voir comment ça évolue...? Phase 3 , seulement avec de la T110. Si tu réussis bien ces pains là, alors tu auras compris quelque chose dans la création de ce type de pain. Tu pourras t'essayer au pain "au" ou "de" seigle, mais pas avec de la T55, avec de la T80 Pourquoi vouloir rechercher un apport supplémentaire, avec du seigle, si la farine de blé ne contient que de l'amidon? Probablement pour faire gonfler le pain de seigle? Mais un pain de seigle c'est un pain très serré, acide et qui se consomme dur... c'est de tradition. Cela ne sert à rien de vouloir en faire un, léger, doux et mou. C'est un non-sens C'est exactement le même problème avec le pain au levain. Tout le monde (enfin celui qui ne sait pas) veut une mie aérée, pas acide et qui reste frais comme une baguette pendant une semaine, ce qui va à l'encontre de son état naturel. De plus, ce que tu fais, ce n'est pas ce que je conseille... donc, hors des vrais ingrédients je n'ai pas d'avis. Mais je pourrais dire dans ton exemple que ce qui arrive à ton pain est normal. Il faut te replonger un peu dans la "philosophie" du site, ou du livre, tranquillement et tu trouveras sans aucun doute ta réponse...</p>
87	Je n'arrive pas a retrouver l'adresse du fabricant de pétrin en bois que j'avais vu en parcourant le site,merci de venir a mon aide?	<p>C'est une information qui n'est plus d'actualité à partir de 2011. Le fabricant n'ayant pas tenu ses promesses (<i>je serais tenté de dire "encore un en Lorraine"</i>) probablement un sport régional. L'invention de ce pétrin étant mienne. J'ai décidé de donner à tous, les plans de réalisation.</p> <p><i>Que vous trouverez donc sur le site :</i> http://www.opain.com/new-opain/epo/pagepo/05_2_06_plan_petrin_intro.htm</p>
88	J'aimerais savoir combien de sortes de pain existent, et surtout, où et avec quoi ils se mangent.	<p>Il y a autant de sortes de pains que d'ethnies sur terre. Donc pour savoir ce qui se mange avec, probablement leur nourriture quotidienne, comme nous. Il doit bien y avoir un site qui parle de cela. Je sais qu'il y a un livre, mais je n'ai pas les références. Je vais chercher.</p> <p><i>Depuis, il est paru "Le Dictionnaire universel du Pain" pour lequel nous avons participé, Cathy et Moi :</i> http://www.bouquins.tm.fr/site/dictionnaire_universel_du_pain_&100&9782221112007.html</p>
89	L'eau de source pour le chef ok! mais du levain à la préparation de la fournée eau de source ou pas?	<p>Pour consommer de la qualité, il faut utiliser des ingrédients de qualité. Cela me semble être une évidence... C'est d'ailleurs valable pour tous ce que l'on fait. De mon point de vue, il va de soit, que si l'on utilise un ingrédient de qualité dans une phase de travail, que l'on utilise le même ingrédient pour l'ensemble. C'est de toutes les façons ce que je répète clairement dans les pages théorie. Sur l'eau, dans les pages Pratique Sur les ingrédients, dans les pages Théorie</p>
	Je réalise notre pain au levain depuis plusieurs mois, à raison de 2 ou 3	<p>Franchement, comment répondre correctement à une telle question? Possible qu'il ait été trop cuit, c'est la première pensée.</p>

90	fournées par semaine, et ceci grâce à votre livre . Lors de ma dernière fournée, la mie était plus sèche. Pourquoi?	Mais aussi peut-être qu'il n'était pas fait avec de la farine complète. Qui est généralement plus hydratée. Je n'ai pas les éléments de fabrication, donc je ne peux pas répondre sérieusement Les raisons peuvent être multiples
91	Est-ce plus facile de faire des pains journaliers (chapatis) avec de l'épeautre que d'en faire du pain ?	Certainement qu'il est possible de faire le pain journalier avec de l'épeautre. Cependant, ce sera plus délicat, cela demande plus de travail de la pâte, notamment pour étirer son gluten... en plus faible quantité. Par rapport à celui du blé, plus fort et en quantité plus importante. <i>Voir aussi sur les épeautres : Voir la Réponse 70</i>
92	Question bête peut être..? Puis je faire des pâtes aux oeufs avec la pâte à pain au levain?	La pâte va lever Ce n'est pas vraiment ce que l'on recherche. Ce n'est pas une bonne solution, mais si tu veux essayer, fait le en petite quantité... Tu risques de gâcher
93	Comment éviter que le pain formé ne s'aplatisse instantanément au démoulage du banneton quand on augmente le TH, ceci d'autant plus que la fermentation ramollit encore plus la pâte ?	Probablement que l'apprêt est trop long. Le pâton est retourné à l'état de levain. Donc beaucoup plus liquide, parce que le gluten est "bouffé" comme on dit, il se délite. Il serait peut-être intéressant de faire avec un TH (http://www.opain.com/new-opain/kod/maths/08_1_1_maths-th.htm) moins important. C'est une question d'équilibre, il faut donc le garder
94	Peut on obtenir des pains longs sans panier long lors de la levée ?	Bien sûr, sur des couches, comme je l'explique dans mon livre, page 75
95	J'aimerais savoir si, pour faire le pain complet au riz complet, il faut le cuire avant de le mélanger à la pâte ou faut-il le mettre cru?	Cette Recette figure dans mon livre page 76 Si tu veux bien te donner la peine de la lire tu auras ta réponse.
		L'expérience est maître de ta vie.

96	Peut-on utiliser de l'eau du robinet traitée par osmose inverse ?	<p>Mais OUI, je pense qu'elle est bonne, bien que je n'utilise pas ce procédé.</p> <p>J'utilise le Système Plocher à la page : http://www.opain.com/new-opain/kod/fournisseurs/05_1_06_plocher.htm</p>
97	Dans le cadre de mes études (2eme année de DUT) je réalise un projet sur "le marketing appliqué à la filière pain" j'aimerais avoir plus d'infos.	<p>C'est très bien.</p> <p>Est-ce une demande d'interview, pour développer ma stratégie marketing? Ou, que j'écrive le dossier à votre place? Parce que ça, c'est déjà fait sur le site... reste seulement, à faire les recherches en lisant. Toutes les infos que je peux avoir, sont transmises sur le site...</p> <p><i>Note: en 2011, je n'ai jamais eu de nouvelles... j'en ai déduit que ce n'était pas pour l'interview...</i></p>
98	Quelles seraient les raisons qui expliqueraient que la mie du pain reste grise?	<p>Si ta farine est complète, et cela devrait être le cas, elle possède tous les composants d'un grain. Le son, le germe et l'amidon. C'est surtout le son qui fonce la mie. Certains disent que c'est à cause du sel marin, parce qu'il contient naturellement des résidus d'argile. C'est pour cela qu'il est gris... et par prolongement il lui attribut cette caractéristique. J'en doute, vu la quantité. C'est seulement pour se justifier d'utiliser un sel blanc non bio, ni marin dans leur pain... uniquement parce qu'il est beaucoup moins cher. De l'ordre de quelques centimes pour l'un, à prêt de l'euro pour l'autre... le kilo</p> <p>C'est le même reproche qui est fait au sel marin... pour le fromage... où les quantités sont bien plus importantes...</p>
99	Quand on moud soi-même les céréales, pour obtenir les différents types de farine, T80, T110, T130, T150, comment fait-on? avec quelle maille de tamis?	<p>Pourquoi? Vouloir tamiser une farine que l'on réalise soit même ? Je ne peux pas comprendre. Ta question, est une question à poser à un meunier</p> <p>Quoi qu'il en soit, j'ai le calibre des tamis du plus gros au plus fin, donc je les donnent. N°12/x35, N°16/x35, N°20/x35, N°25/x35, N°30/x35, N°35/x35, N°40/x35 . Pour plus d'info, voir un site de meunerie. Et faites votre pain avec votre farine intégrale ne la tamisez pas!</p>
100	J'aimerais savoir quelle est la méthode du pain de	<p>Pour avoir la méthode du pain de un kilo, il faut aller dans Pratique >> au bas de la page il y a un lien. Comment faire son pain de un kilo. http://www.opain.com/new-opain/kod/001_1_1_pratique_intro.htm</p>

1 kilo? Ceci est nécessaire
pour faire un PPS?

Tout y est.

déposé 85581E8 Copyright France.com

Rembourser votre Achat C'est Possible Comment ?

Avant de vous expliquer « **le Comment?** »
Je vais vous donner « **le Pourquoi?** »

**Pourquoi La Micro-Boulangerie@Édition et Opain.com
offrent cette possibilité?**



http://www.opain.com/protect/28_comment_revendre.php



www.opain.com

Plus de 622.000 visiteurs uniques
+ de 3500 abonné(e)s à la circulaire
Des Centaines de Stagiaires
Des dizaines d'installations

...

Le site référence

pour

"Apprendre à Faire le Pain au Levain Naturel"

De la Théorie
De la Philosophie

et

De la Pratique

avec beaucoup de Photos en séquences
avec lesquelles vous pouvez
très facilement travailler



Des livres

Un livre imprimé

<http://www.opain.com/livres/lelivre.htm>

aux éditions Ouest France

Vendu à plus de 37.000 exemplaires (en 2010)

Des Livres électroniques (ebook)

à partir de 2011

En Anglais: http://www.opain.com/protect/10_achatlivre.php

et

En Français: http://www.opain.com/livres/20_pub_e_book2.php

Pour votre information
Des Livres électroniques gratuits
<http://www.opain.com/livres/bibliopourtous.htm>
dont vous ne devriez plus vous priver

Et encore plus dans **Ma Boutic**
http://www.opain.com/maboutic/untpe_boutic.html

...

Vous Voulez Faire votre Pain ?

La Bonne Adresse
c'est

<http://www.opain.com>

Une Référence

dans

"La Boulange Maison"

Plus de 37.000 exemplaires Papier Vendus

"Apprendre à Faire son Pain au Levain Naturel"

(Aux éditions Ouest-France)

Maintenant Disponible
En version électronique

Henri Granier

Boulangier Professionnel et Photographe
Communique, Partage avec vous
Les Acquis de son Expérience

Une Méthode pour Réussir Son Pain

Qui a fait ses Preuves

Pour Plus d'infos et Témoignages



http://www.opain.com/protect/20_vente_e_book2.php



Les Fours Grand Mère



**C'est maintenant plus de 15 000 Fours
vendus à travers
30 pays dans le monde**

FGM conçoit tous les fours à bois et les fours à gaz pour la pizza le pain, les tartes flambées, le barbecue, la cuisson à four ouvert ou à four fermé.

FGM est le fabricant des fours de boulangerie et des fours à bois/gaz.

LE FOUR A BOIS ET LES ACCESSOIRES DU FOUR

pour le plaisir et au service du professionnel

Au coeur des Vosges, Four Grand Mère fabrique une large gamme de Fours à bois, à gaz ou mixte bois et gaz pour le pain, la pizza, les grillades au feu de bois.

Les fours sont tous réalisés en kit, briquetés ou en béton de chamotte, et sont rapidement installés à la maison, la pizzeria, le restaurant et chez l'industriel de la cuisson en grande série.

Notre entreprise artisanale emploie 20 Personnes, et notre bureau d'études est à votre service pour des conseils d'implantation de votre four, des aménagements spécifiques.

Depuis 1979, nous produisons des fours à pain ou à pizza qui bénéficient d'une haute réputation de qualité et de longévité.

Notre gamme de fours à pain et à pizza évolue sans cesse pour répondre aux attentes de nos clients, c'est ainsi que nous proposons des fours à plusieurs portes, des fours à sole rotative, des fours à sole rotative et plateaux tournants. Notre service commercial est à votre disposition pour vous conseiller le four à pain, le four à pizza qui convient le mieux à votre besoin, et vous redirigera auprès d'un de nos distributeurs le plus proche de votre lieu d'habitation.

Notre réseau de revendeurs est exclusivement composé de professionnels de la cheminée, de la cuisine ou de spécialistes de l'aménagement de restaurants et boulangeries.

Notre Adresse : FOUR GRAND MERE , 2, rue de la Gare 88700 Jeanménil
FRANCE

<http://www.fourgrandmere.com/>

Les Moulins d'Alma



Notre devise

« **L'Authenticité au Service du Goût** »

Reflet de notre goût pour le naturel
l'authentique et le respect de la tradition

Les articles proposés sont le résultat

- ! de la rencontre de nombreux artisans et producteurs.
- ! de la recherche constante de nouveaux produits de qualité.
- ! de l'écoute constante des desiderata de notre clientèle.

LES MOULINS D'ALMA proposent ainsi toute une gamme de matériels culinaires destinés à la transformation pour une alimentation vivante à découvrir au fil de ces pages !

Les Moulins d'Alma...

Une démarche, un plaisir pour l'Authenticité au Service du Goût !

Notre Adresse
LES MOULINS D'ALMA
Siège social 1 rue du pré Beau
71640 GIVRY
TEL 03 85 94 14 70 – FAX 03 85 94 87 34.

<http://www.alma-moulins.fr/>

Plus d'informations

Au sujet du e-book: La Foire Aux Questions

Sous forme de livre électronique a été édité en version gratuite, le 28/08/ 2011
Sous le N° ISBN 979-10-90516-03-8

Voir : [Avertissement](#)

Au sujet du Site web: www.opain.com

Propriétaire: Henri GRANIER et Cathy GIRAUD
25 rue des Rosiers 88700 Xaffévillers - FRANCE
(en 2011, cela pourrait changer avec le temps)

Créateur : Henri GRANIER en 2002

Éditorial & Directeur de la Publication:
Henri GRANIER
@ : [Son Courriel](#)

Webmaster:
Henri GRANIER
@ : [Son Courriel](#)

Page de Mise à Jour

**Pour que cette page de mise à jour soit visible
votre ordinateur doit être connecté à l'Internet**

Si la connexion Internet n'est pas déjà établie, veuillez connecter votre ordinateur maintenant.
Puis, relancez cette page en appuyant sur le bouton "Actualiser"
qui se trouve tout en haut de votre écran.

BIENVENUE
SUR LA PAGE DE MISE À JOUR DU EBOOK

"La Foire Aux Questions Opain.com"

Bonjour, ici Henri Granier, le panetier

Au fil du temps, il se peut que certaines réponses demandent plus de précisions.
Voire, qu'elles soient carrément obsolète.
Il est important que je puisse faire ces corrections et vous prévenir.

Les occasions ainsi que les possibilités dans le monde de l'édition et de l'auto-édition de livres numériques changent assez vite et permet des innovations qu'il vaut mieux prévoir...

De plus, comme le livre numérique permet de créer des liens avec l'extérieur du livre, vers des sites dont je ne suis pas responsable et sur lesquels je n'ai aucun contrôle, il est possible que ces liens se brisent.

J'estime primordial que vous soyez prévenu et que je puisse vous diriger sur d'autres liens valides.

Grâce à cette page, je pourrais le faire

http://www.opain.com/livres/e_book_miseajour/02_faq/30_misajour.htm

FIN