



Farines complètes et semi-complètes

Sans additif ni gluten ajouté



Produites et transformées par les paysans de l'Ain

Graines de l'Ain

Farine de blés anciens, bio et locale, sur meule de pierre



Le fruit d'un travail de sélection de blés anciens et de pays mené par un collectif d'agriculteur-rices inscrit-es dans une démarche d'agriculture paysanne.

Qui est le collectif GRAINES DE L'AIN ?

10 fermes de l'Ouest Bressan avec pour objectifs :

- Conservation du patrimoine génétique
- Identité du territoire ● Valorisation locale
- Autonomie semencière

Elle assure aussi le maintien d'une **agriculture paysanne et biologique**, agriculture à taille humaine, créatrice d'emplois et de valeur ajoutée, qui préserve la biodiversité et les écosystèmes.

Pourquoi utiliser ces farines ?

En tant qu'artisan-boulangier de l'Ain

Vous travaillez avec des **agriculteurs locaux** et réduisez les circuits de commercialisation.

Vous encouragez et valorisez une **agriculture paysanne et biologique**, respectueuse des humains et de l'environnement.

Vous utilisez des farines **nutritivement et gustativement plus riches**, mieux assimilées par l'organisme, pour un pain de qualité.

L'Agriculture Biologique interdit l'utilisation de pesticides, herbicides et engrais de synthèse, exclue le recours aux OGM et respecte au mieux les écosystèmes.

En restreignant l'utilisation d'intrants, les blés doivent aller chercher dans la terre des nutriments variés qui leur confèrent une **très bonne qualité**.

L'agriculture biologique **préserve l'environnement** et participe à la **création d'emplois** en milieu rural.



Graines de l'Ain

La mouture sur meule de pierre

La mouture sur meule de pierre a la particularité de "poncer" le grain sans le chauffer ni l'écraser. Cette action permet d'**incorporer des particules de son et de germe dans la farine**, ce qui l'enrichit nettement en minéraux et micronutriments.



Le projet **GRAINES DE L'AIN** a vu le jour à l'initiative d'un groupe d'agriculteurs. Ceux-ci expérimentent et développent la culture biologique des variétés anciennes depuis 2014.

En choisissant leurs farines, vous participez au développement d'une agriculture éthique et citoyenne qui respecte l'environnement et le consommateur.

GRAINES DE L'AIN est accompagné par l'ADDEAR 01.



Contact :

Mail : grainesdelain01@gmail.com
www.adear01.wixsite.com/graines-de-l-ain

Les céréales anciennes et de pays

Les céréales anciennes ou variétés de pays sont en fait un ensemble de blés **rustiques et peu exigeants en intrants**. Elles possèdent aussi une grande diversité génétique qui les rend **adaptables aux terroirs, aux pratiques paysannes** ainsi qu'**aux changements climatiques**.

A l'opposé des hybrides F1, des clones et autres OGM industriels, les semences paysannes sont libres de droits de propriété et sélectionnées de façon naturelle dans les fermes. N'étant pas inscrites au catalogue officiel, ces variétés permettent aux agriculteurs d'être **plus autonomes** dans leur activité.

Le gluten présent est de composition variée donc **plus digeste**.

La panification des farines

Les farines de **GRAINES DE L'AIN** se travaillent différemment que les farines conventionnelles et nécessitent une fermentation un peu plus longue. **Elles pourront s'adapter tout de même à votre méthode de panification.**

Quelques exemples de pains réalisés avec les procédés personnels de différents boulangers :

