

Petit traité de boulangerie traditionnelle

10 ans au Fournil de l'Hof ter Musschen



David Waiengnier
En collaboration avec Alain Doornaert et Axel Colin

1 Table des matières

1	Table des matières.....	5
2	Préface.....	7
3	Introduction.....	9
4	Les ingrédients du pain.....	11
4.1	La farine.....	11
4.2	L'eau.....	27
4.3	Le sel.....	29
4.4	L'agent levant.....	30
4.5	Petite synthèse des ingrédients.....	33
5	La création et l'entretien d'un levain.....	35
5.1	La création.....	35
5.2	L'entretien du levain – démarrer la fabrication du pain.....	37
6	La panification.....	41
6.1	Le matériel.....	41
6.2	Le frasage.....	42
6.3	L'autolyse.....	43
6.4	Le pétrissage : l'étirage, le soufflage et le battage.....	43
6.5	La détente.....	47
6.6	Le rabattage.....	48
6.7	Le pointage.....	49
6.8	La division.....	49
6.9	Le boulage.....	49
6.10	L'apprêt.....	51
6.11	La cuisson.....	52
6.12	Le ressuage.....	57
7	Petite chimie simplifiée de la panification.....	59
7.1	Après le frasage.....	60
7.2	Après le pétrissage.....	60
7.3	Après la détente.....	61
7.4	Après l'apprêt.....	61
7.5	Le début de la cuisson.....	62
7.6	La cuisson.....	62
7.7	Après le défournement.....	63
8	Les fours à pain.....	65
8.1	Construction.....	65
8.2	La masse thermique.....	66
8.3	Le dérhumage.....	67
8.4	Les outils.....	68
8.5	Le bois de chauffe.....	71
8.6	La chauffe (<i>four de 2,5 m sur 1,5 m</i>).....	71
9	Restauration d'un ancien four.....	75
9.1	Dans la région de Bruxelles-Capitale.....	75
9.2	Relance des fournils.....	76
9.3	Restauration d'un four.....	76
9.4	Placement d'une masse thermique.....	78
9.5	Réparation de la sole.....	79
9.6	Les matériaux.....	79
10	Petite histoire du fournil de l'Hof ter Musschen.....	81
11	Remerciements.....	85
12	Bibliographie.....	87
13	Illustrations.....	89

14 Annexes.....	91
14.1 Recette de pain d'épeautre.....	91
14.2 Les piqueurs flamands.....	91
14.3 Un ouvrage fabuleux.....	92
14.4 Les fours en tuffeau.....	93
14.5 Les graines et l'acide phytique.....	94
14.6 Les anciennes variétés en Belgique.....	95
14.7 L'ergot du seigle (par Arthur Vanderweyen).....	97
14.8 Le pain à la mode de Sophie.....	98

2 Préface

Cette photo de la moisson (page 23), prise vers 1930 à l'Hof ter Musschen, m'a frappé.

Pas seulement par la hauteur des blés, mais qu'il est difficile d'imaginer aujourd'hui que c'était Sint-Lambrechts-Woluwe ou Woluwe Saint-Lambert, en région Bruxelles-capitale qui a tellement fait place à la voiture et à l'immobilier.

J'imagine que le nom de « Ferme des moineaux » devait déjà ce nom au rassemblement de passereaux lié à la rareté de la présence des cultures de blé dans l'urbanisation déjà bien en route.

N'empêche que ce petit coin sauvegardé a voulu, près de 90 ans après cet instantané, relancer un enracinement vers du savoir-faire comme le levain, une utilisation de céréales anciennes, sans ces *convenience-products* et *processing-aid* que sont les améliorants et les enzymes, vachement présents dans les farines de nos jours.

Et puis surtout ce fournil, qui rénove l'apprentissage de la pâte et où la mie se couvre de croûte qui ne demande que d'être croquée.

Non, les blés anciens ne sont pas du déstockage de vieux grains, mais un retour vers des glutens non formatés par l'intensification du travail.

Non, ce n'est pas la fonction « rewind » qui est pratiquée à l'Hof ter Musschen, mais c'est découvrir le pain de demain enfin soucieux de qualité nutritive, celui qui comportera des glutens plus souples, du goût venant de la fermentation dont on respectera l'espace temps.

Et une cuisson au feu de bois où l'activation et l'épandage puis la sortie des braises ne réchauffe pas seulement sole et voûte, mais aussi les regards.

C'est un havre de pain, bien reflété dans ce « manuel ».

Merci David, Alain et Axel.

Marc Dewalque



Le pain...

Principe essentiel de l'alimentation dans une bonne partie du monde, et ce depuis des siècles.

Ce qui n'était à l'origine, il y a des millénaires, qu'un « simple » mélange de farine, d'eau, de sel et de levure ou de levain s'avère toutefois aujourd'hui être souvent un cocktail bien caché mais détonnant de chimie et de manipulation génétique.

Le présent traité est né de la découverte, devenue passion, d'une autre boulangerie, celle de nos ancêtres, celle qui n'utilisait que les ressources naturelles de la terre alliées à des gestes millénaires.

Les auteurs, après l'expérience développée dans leurs fournils respectifs, comme amateurs éclairés ou professionnel chevronné, se sentent aujourd'hui la nécessité de partager tout ce qu'ils ont appris.

Car il y a une certaine forme d'urgence, pour tous, pour la santé, pour les générations à venir... Pour se réapproprier notre nourriture... Pour réveiller l'Homme et le reconnecter à la Terre.

Cet ouvrage vous entraîne à la découverte du monde actuel de la boulangerie.

Ensuite, en connaissance de cause, il vous invite à favoriser une autre boulangerie, voire à devenir boulanger amateur chez vous.

La boulangerie traditionnelle à la maison, c'est retrouver un art de vivre, le temps nécessaire aux choses, des goûts subtils, le parfum irremplaçable du pain qui cuit et qui embaume toute la maison...

Nous vous souhaitons de belles fournées...



Alain, Axel et David

