

# Quelques notions de farines...

## La farine

Les origines des céréales sont mélangées pour la qualité panifiable de la farine obtenue.

Après un premier nettoyage les grains sont stockés en silos. On procède à une extraction par aspiration des particules légères : le tarare.

Le produit est humidifié. L'amande de blé est écrasée et séparée de son enveloppe.

Il existe différents procédés.

Une mouture basse consiste en un minimum d'opérations, une mouture haute à des broyages et tamisages successifs dans plusieurs cylindres.

Le blutage est l'action de tamisage qui sépare la partie blanche de la partie bise du blé.

Pour différencier les farines, celles-ci sont distinguées par leurs taux d'extraction ou taux de blutage. C'est la quantité de farine obtenue à partir de 100 kg de blé :

Farine complète = 98 % de taux d'extraction

Farine bise = 80 % de taux d'extraction

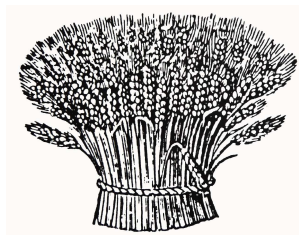
Farine mi-blanche = 72 % de taux d'extraction

La farine fleur provient du centre de l'amande farineuse, extraite en début de mouture des farines bises ou mi-blanches. On mesure le taux de cendres.

La qualité du gluten, la quantité de sucres, joueront lors de la fermentation des pâtes un rôle : le pouvoir diastasique, générateur aussi de la qualité dans la fermentation.

L'excès de matière grasse est nuisible à la conservation de la farine. Le dosage de l'acidité (inférieur à 0,5g pour 1000) peut amoindrir les propriétés du gluten.

En France, d'après le décret du 13 juillet 1963, les farines sont classées selon leur taux de cendres (pourcentage de minéraux résiduels après incinération de 5 gr. de farine à 900°C pendant 1 H.)



Taux de cendres :	- Type 45	moins de 0,50 %	: farine très blanche
	- Type 55	0,50 - 0,60 %	: farine blanche courante
	- Type 65	0,62 - 0,75 %	
	- Type 80	0,75 - 0,90 %	: farine bise
	- Type 110	1 - 1,20 %	: farine semi-complète
	- Type 150	plus de 1,40 %	: farine complète

### Composition de la farine T. 55

- Glucide amidon env. 70%
- Protides gluten 10%
- Lipides 1,3 %
- Matières minérales 0,50 à 0,60 % (classification par type)
- Vitamines B, B3, E
- Eau moins de 16 % afin d'assurer une bonne conservation de la farine

### Pain - Aliment

Consommation par jour et par personne :	Début 1900 :	800 g
	Vers 1930 :	500 g
	Début 1950 :	300 g
	Début 1970 :	200 g
	1990 - 1995 :	160 g

	calories	hyd.de carbone	protéines	graisse	B1	B2	PP	sels minéraux
100g de PAIN COMPLET :	232	48,5	9,5	1,2	0,28	0,13	3,3	2,2
100g de PAIN BLANC :	259	55	6,8	0,3	0,07	0,03	0,9	0,7

*Mesures en grammes*

Pendant des siècles, le pain a été l'aliment de base des Français. Dans la deuxième moitié du XXème siècle, avec l'élévation du niveau de vie dans les pays industrialisés, notre alimentation s'est diversifiée : davantage de sucreries, davantage de viande, davantage de matières grasses, moins de pain.

Il semblerait que pour une majorité de consommateurs, l'on soit passé du pain quotidien, aliment sacré et indispensable, à un aliment neutre simple support « pousses-ingrédients » où le goût ne serait pas un critère déterminant.

L'éveil au développement durable de ce XXIe s. associé à un regard plus critique de ce qui compose notre assiette, les messages diététiques, écologiques, orientent l'individu vers une position de consomm-acteur et un pain artisanal, voire « fait-maison » éloigné de procédés intensifs.