

Biopain - L'étang des pains - Thannenkirch

Site internet : <https://letangdespains.fr/>

**Pains proposés pour le vendredi 9 octobre à partir de 9h30**

**Commandes avant mercredi midi**

(en raison de la préparation des pâtons en longue fermentation)

Par mail à [contact@letangdespains.fr](mailto:contact@letangdespains.fr) ou par téléphone / SMS au 06 23 87 92 26

**Composition des pains et viennoiseries**

**à base de farines de céréales variétés anciennes locales alsaciennes**

**Fermentation au levain pur 100% naturel (aucune utilisation de levures)**

**Mon fournisseur de farines est la Ferme de la Bannau à Plobsheim (67) - Grégory Bapst**

**Rubrique pains en fermentation directe (env. 6h)**

**# Pop'nature** (pain campagne nature)

- farine de blés de population (variétés anciennes) type blanche bise\* (2/3) et semi-complète\* (1/3)
- eau de source de Thannenkirch
- levain naturel de farine de seigle complète\*
- sel fin de Guérande

**# Pop'Noix** (pain campagne nature aux noix) (**14€/kg**)

- pâte Pop'nature longue fermentation \*
- cerneaux de noix (200g de noix pour 1 kilo de pâte de campagne Pop'Nature)

**# Pop'Fruité** (pain campagne nature aux fruits secs et noisettes ou amandes) (**12€/kg**)

- pâte Pop'nature\*
- mélange de fruits secs ayant trempés 12h :
  - raisins secs sultanes
  - figues séchées
- noisettes ou amandes entières ayant trempées 12h
- pruneaux
- cranberries

**# Sechskornbrot (10€/kg)** - Le pain est roulé sur un lit de graines de tournesol et de flocons d'avoines\*

- farine de blés de population (variétés anciennes) type blanche bise\*
- farine de seigle complète\*
- eau de source de Thannenkirch
- mélange de 6 graines trempées ("Quellstück") :
  - graines de tournesol
  - flocons d'avoine\*
  - graines de millet
  - graines de lin brun
  - graines de lin doré
  - graines de sésame complet\*
- levain naturel de farine de seigle complète\*
- sel fin de Guérande

### # Fougasse aux olives noires (16€/kg)

- farine de blés de population (variétés anciennes) type blanche bise\* et poudre de romarin
- eau de source de Thannenkirch
- olives noires Kalamata dénoyautées
- levain naturel de farine de seigle complet\*
- huile d'olives

### # Granipain aux graines (12€/kg) – pain à haute valeur nutritionnelle # NOUVEAU !!

- farine de blés de population\* (variétés anciennes) type blanche bise
- levain de graines broyées (fermentation lente de 15 heures)
  - eau de source de Thannenkirch
  - graines céréalières broyées
    - graines de seigle\* ou graines d'épeautre\* - torréfiées
    - graines de millet
    - farine d'orge\*, farine de maïs
    - son de sarrasin
  - graines légumineuses broyées
    - lentilles vertes (ferme de la Bannau Plobsheim)
    - lentilles corail (ou farine de lentilles corail – Ferme de la Bannau Plobsheim)
    - pois chiches
  - graines oléagineuses broyées
    - graines de tournesol
    - graines de lin
    - graines de sésame\*
    - graines de pavot
  - levain naturel de farine de seigle complète\*
- eau de source de Thannenkirch
- sel fin de Guérande (très peu salé : 10g de sel pour 1kg de farine)
- mélange de graines ayant trempées 12h
  - graines de tournesol
  - graines de lin brun
  - graines de sésame complet\*
  - graines de pavot

### Rubrique pains en longue fermentation (env. 10h)

#### # Pop'nature LF (pain campagne nature) (6,50€/kg)

- farine de blés de population (variétés anciennes) type blanche bise\* (2/3) et semi-complète\* (1/3)
- eau de source de Thannenkirch
- levain naturel de farine de seigle complète\*
- sel fin de Guérande

#### # Pop'graines LF (pain campagne nature aux graines) (8€/kg)

- pâte Pop'nature longue fermentation \*
- mélange de graines ayant trempées 12h
  - graines de tournesol
  - graines de lin brun
  - graines de sésame complet\*
  - graines de pavot
  - graines de fenugrec

#### # Pop'Complet LF - longue fermentation (7,50€/kg)

- pâte Pop'nature longue fermentation \*
- mélange de sons d'épeautre et de seigle, trempé 12h

### # Blés rouges LF - longue fermentation (9€/kg)

- farine de Blés de Pays Rouges semi-complète\* (Rouge d'Alsace, Rouge d'Altkirch, Rouge des Vosges et Rouge de Bordeaux)
- eau de source de Thannenkirch
- sel fin de Guérande
- levain naturel de farine de seigle complète\* (faible ensemencement)

### **VIENNOISERIES 100% AU LEVAIN**

### # Pompes à huile **100% AU LEVAIN** aux pépites de chocolat (3,20€/pce env. 180g)

Pain brioiché sans beurre, sans lait, sans œufs – Briochage à l'huile de colza bio d'Alsace et huile d'olives

- farine de blés de population (variétés anciennes) type blanche bise\*
- eau de source de Thannenkirch
- Levain pur naturel Biopain pour viennoiserie
- huile de colza locale alsacienne (de la ferme de la Bannau) et huile d'olives
- sucre blond
- sel

Ajout de pépites de chocolat noir env. 60% de cacao

### # Kougelhops sucrés **au levain naturel** (pas de levure - 30€/kg)

- farine de blés de population (variétés anciennes) type blanche bise\*
- eau de source de Thannenkirch
- levain pur naturel Biopain pour viennoiserie
- beurre doux
- œufs
- sucre blond
- raisins secs
- amandes entières
- sel

### # Brioches nature **AU LEVAIN** (pas de levure - 22€/kg)

- farine de blés de population (variétés anciennes) type blanche bise\*
- œufs
- beurre doux
- eau de source de Thannenkirch
- levain pur 100% naturel Biopain pour viennoiserie
- sucre blond
- sel