

www.marchenomade.fr



Pains

Fiche Producteur

Laorans

Laurent Baudet



Laurent est revenu au premier métier auquel il a été formé, celui de boulanger. Meilleur apprenti de Bretagne, il fonde une boulangerie à Lamballe dans les années 90. Touche à tout et ne tenant pas en place, il décide de vendre sa boutique, et d'entamer divers métiers : maçon, gérant d'un magasin de motos, responsable de travaux chez Labbé... rien n'arrête Laurent. Pourtant en 2018, son corps lui dit de freiner la cadence, il décide donc d'installer à Pommeret son atelier de boulanger chez lui. Depuis début 2019, il fabrique ses bons pains de façon naturelle, avec toujours en mire des objectifs plein la tête...Laurent n'arrête jamais !!!

Si tu étais...

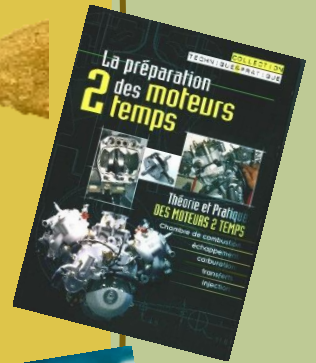
Un Animal : Le chien, pour sa fidélité,



Une Plante : Une agapanthe, car elle est longtemps fleurie,



Un livre : «la préparation des moteurs 2 temps » lu et relu...



Un personnage de fiction : James Bond...



Un film : Au nom de la Terre, Edouard Bergeon.

Avec Guillaume Canet, c'est la vraie vie !!!



Une chanson : HypnoticTango, My mine (années 80),



Une célébrité : Valentino Rossi, parce qu'il est cool avec ses fans.



Un plat : l'andouille purée (mais la vraie !!!)



Un dessert : la Tarte Tatin, avec une boule de glace, Rhum Raisin.



Une friandise : Chocolat, en fin de repas.





Le pétrissage

Une préparation minutée

Fort de son expérience de boulanger, Laurent a connu les levers aux aurores pour fabriquer le pain. Désormais, il se facilite la tâche en préparant le pétrin 20 heures avant la cuisson des pains. Ainsi, un ballet s'opère dans le labo, où Laurent navigue entre chaque machine, programmant ses minuteurs afin de respecter un timing précis de pétrissage (5 min), de temps de repos de la pâte (45 min) et d'incorporation du levain. Pendant le temps de repos, il prépare une autre pâte pour un autre pain. Le temps de repos permet à la pâte de faire du « réseau », qui constituera les alvéoles du pain cuit. Le pétrin est décollé du bol avec de l'eau, Laurent hydrate beaucoup celui-ci même lorsqu'il la retravaille, il n'emploie pas de farine à cette occasion. Les pâtes sont entreposées dans une chambre à 6°C ensuite en attendant d'être cuites. Ainsi le Jeudi matin, les pâtes sont préparées pour cuisson le Vendredi avant d'être livré dans vos paniers. On est loin des cadences industrielles où le pain n'a pas le temps de « pousser » naturellement.



La pâte après repos, elle a gonflé et constitué son réseau



Des minuteurs sont disposés dans le labo

La Température sous contrôle...

La température est très importante dans l'élaboration du pain. Laurent contrôle tous les matins, celle du laboratoire donc de la farine, celle de l'eau et celle du levain pour s'assurer d'une bonne « pousse » de celui-ci. La règle est que si on additionne les températures, le résultat doit être à 60 °C.

(Ex : T°C farine =16 °C et T°C pièce =16°C, T°C levain =3°C, donc l'eau doit être à 25°C)

L'été, il fait plus chaud donc les conditions sont plus poussantes et la pâte sera travaillée plus rapidement.



Le levain réactivé

Un levain naturel





Laurent fait lui-même son levain de façon naturelle. Un peu de farine, de l'eau tiède et une surveillance de l'activité permettent au boulanger de fabriquer son levain. Ensuite celui-ci est stocké dans le congélateur pour bloquer l'activité. Laurent en sort une partie avant la fabrication des pâtes en le « réveillant » grâce à un rajout de farine, d'eau et... de miel qui nourrit les bonnes bactéries. Il faut toujours avoir du levain « frais » sous la main, s'il est trop ancien, il peut s'acidifier et donner un mauvais goût. Le levain « chef » à l'origine de son levain a été démarré en Juin 2020.

La fermentation issue de l'activité bactérienne permet d'aérer la pâte naturellement sans avoir à utiliser des levures chimiques. Ce levain naturel donne un goût acidulé au pain, et permet une meilleure digestion grâce aux bonnes bactéries présentes.



Le levain pour le pain de seigle

Un peu de transparence...s'il vous plaît !!!

-  Farine T60, T55... : Meunerie Guénégo à Noyal Muzillac,
-  Œufs : Earl de la Belle Etoile (Saint-Connan)
-  Pruneaux, pépites chocolat, noisettes, sucre : Keramis (Betton),
-  Laurent vend son pain à Marché Nomade et sur les marchés de Quintin, Plouha et Pléneuf-Val André.



Préparation des pains aux fruits avant cuisson