



Le pain



GALLIMARD  MES PREMIÈRES DÉCOUVERTES DE L'HISTOIRE



Le pain est un des principaux aliments des hommes depuis la préhistoire.

Il existe partout dans le monde, sous des formes différentes et nombreuses.



Pain italien

Pain juif

Pain allemand



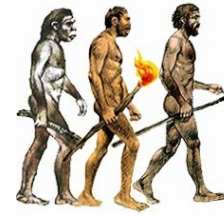
Chaque région de France a sa propre spécialité de pain.

Il en existe près de 80 sortes.



Le pain à la préhistoire

Comment le premier pain est apparu?



Les hommes préhistoriques mangent des céréales crues comme le blé.



Lorsqu'ils découvrent le feu, ils mangent les grains cuits.



Puis ils ont l'idée de concasser les grains entre des pierres ce qui donne de la farine qu'ils mélangent à de l'eau pour en faire de la bouillie qu'ils mangent.



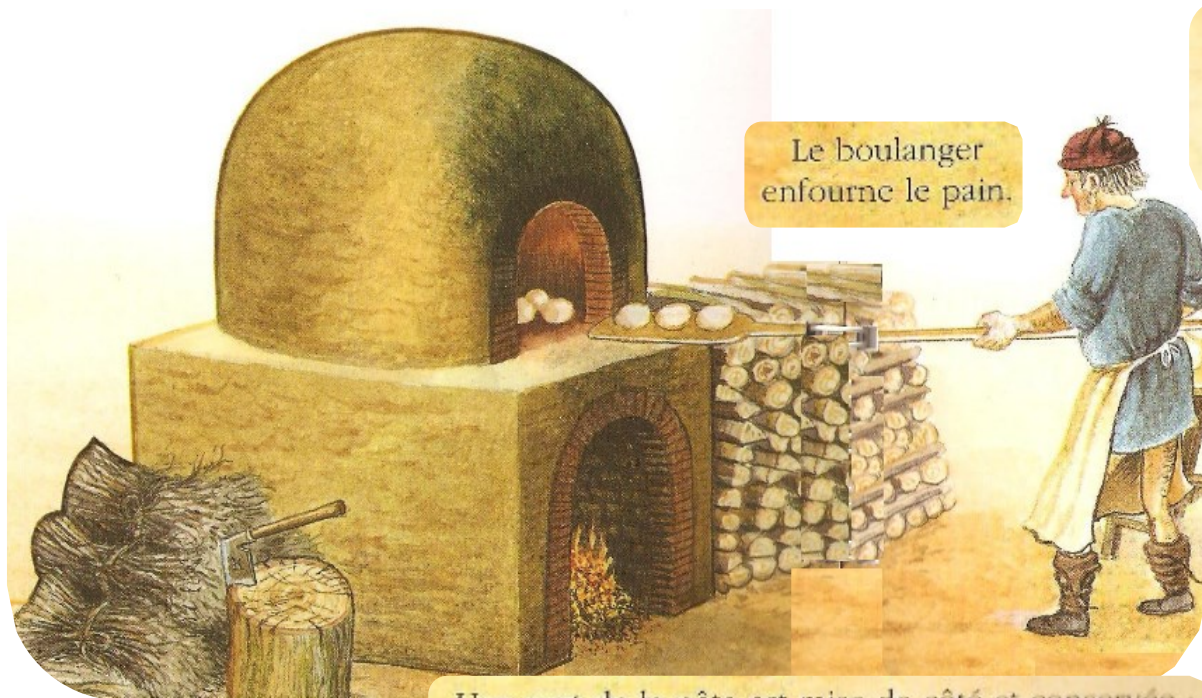
Un jour, la bouillie est oubliée et on retrouve une boule qui a gonflé car la pâte a fermenté. Le premier pain est né!

Le pain

De quoi est fait le pain?



Pour faire du pain il faut: de la farine, de l'eau, du sel, du levain (ou de la levure de boulanger), un four et la main de l'homme



Le boulanger enfourne le pain.

Dans son pétrin, le boulanger pétrit un mélange de farine, d'eau, de sel et de levain. Grâce au pétrissage, la pâte devient ferme et élastique. Pétrir est un travail très dur.



Une part de la pâte est mise de côté et conservée : elle sera le levain de la prochaine fournée.

De nos jours, le boulanger utilise un pétrin électrique pour pétrir sa pâte.



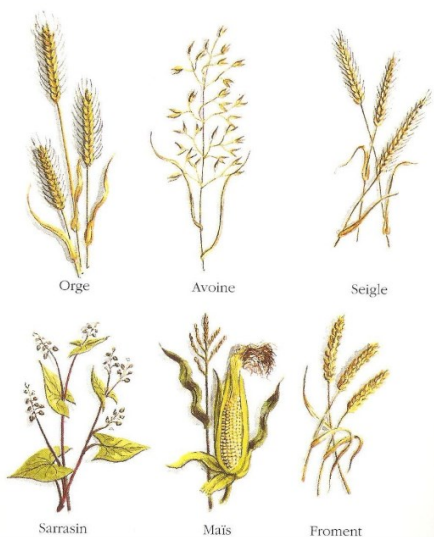
La farine, ingrédient de base du pain

De quoi est fait la farine?

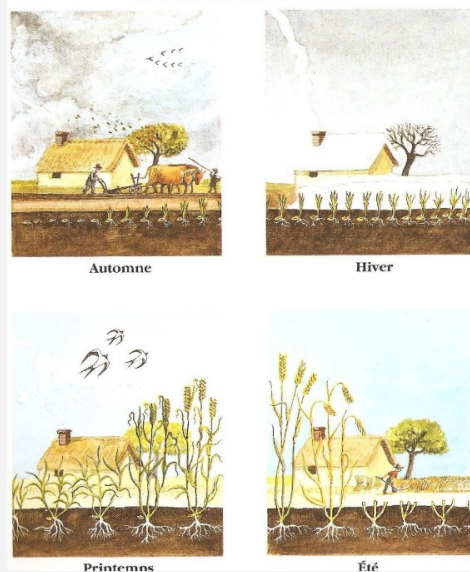


Le pain est fait à base de farine de céréales:

Voici les graines avec lesquelles le pain est fait



Les saisons des céréales



On plante les graines de céréales en automne dans les champs. Pendant l'hiver, de jeunes plants vont pousser, puis au printemps les plants de céréales grandissent.

En été, avec le soleil, les céréales sont mûres et le fermier va les récolter avec sa moissonneuse et son tracteur.

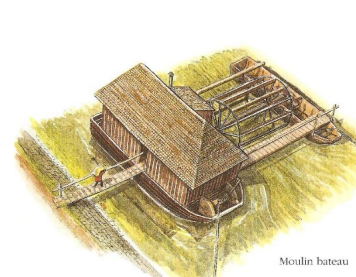


La moisson



Les céréales sont ensuite déposées chez le meunier qui va les transformer en farine.

Autrefois, le meunier travaillait au moulin qui pouvait être un moulin à eau ou à vent. A l'intérieur, de gros cylindres en pierres, entraînés par le vent ou l'eau, tournent et écrasent le grain qui se transforme en farine.



Moulin bateau

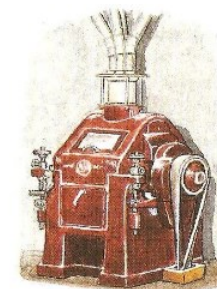


Moulin à vent de l'île d'Ouessant

Maintenant, le meunier travaille à la minoterie qui est un grand bâtiment industriel. A l'intérieur, des broyeurs à cylindre se chargent de moudre le grain.



Minoterie dans le Nord



Broyeur à cylindre



La boulangerie

Quel est le métier de boulanger?



Le boulanger pâtissier est l'artisan qui confectionne les pains et autres viennoiseries. Il nécessite de bien connaître les différentes étapes de la fabrication du pain : le pétrissage, le pointage, la division, la détente, le façonnage, l'apprêt, la cuisson et le défournement. Si la méthode n'a pas changé, le métier de boulanger pâtissier a évolué au cours du temps, notamment grâce à la modernisation des outils

La fabrication du pain en 8 étapes



--- Etape n°1 : le pétrissage

Cette opération consiste à **mélanger tous les ingrédients** pour former une pâte homogène, élastique, structurée, capable d'emprisonner l'air. Les ingrédients de base sont la farine, l'eau, la levure ou le levain et le sel. De nos jours, les fournils sont tous équipés de pétrins mécaniques.



--- Etape n°2 : le pointage

La pâte se repose. C'est le **premier temps de la fermentation**, important pour la formation de l'arôme du pain.



--- Etape n°3 : le pesage - boulage

Cette opération consiste à **diviser la masse de pâte en pâtons** de même poids. Pour cela, le boulanger utilise une balance. Certains sont équipés d'une machine : la diviseuse.



--- Etape n°4 : la détente

Les pâtons ont été boulés. On les laisse "se détendre" : c'est le **deuxième temps de la fermentation**.



--- Etape n°5 : le façonnage

Le boulanger reprend chaque pâton boulé. Il lui donne alors **sa forme définitive**. De forme allongée, ce sera une baguette, de forme courte un bâtard. La plupart des boulangers se sont équipés d'une machine appelée façonneuse.



--- Etape n°6 : l'apprêt

Les pâtons façonnés sont disposés sur des toiles de lin ou dans des bannetons. Pendant l'apprêt, **troisième temps de la fermentation**, ils prennent un bon volume.



--- Etape n°7 : la cuisson

Dans le four à 250°C, le boulanger **injecte de la vapeur** avant l'enfournement des pâtons. En début de cuisson, les pâtons continuent de gonfler. La mie se forme, le pain prend sa forme définitive et la croûte durcit et se colore.



--- Etape n°8 : le défournement - le ressuage

Le défournement se fait **délicatement**, car le pain sorti du four est fragile. D'ailleurs avant de l'exposer dans le magasin, **on le laisse refroidir** : c'est le ressuage.



Le boulanger vend ensuite son pain dans sa boulangerie.



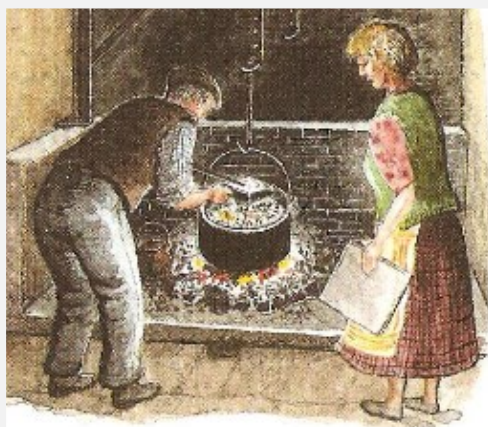
Cuisson d'une "ingéra" en Éthiopie

Le pain dans le monde

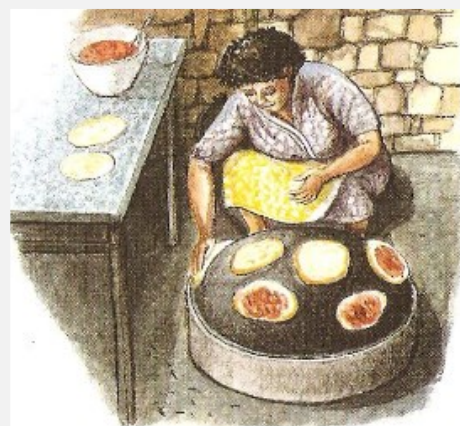
Comment fait-on le pain ailleurs?



En Afrique du Nord,
le four est creusé dans le sol.



En Irlande, le pain est cuit sur
un feu de tourbe dans une marmite.

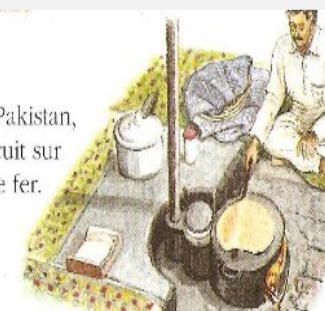


Au Liban, les petits pains ronds
sont cuits sur un dôme d'acier.

En Inde, les "chapatis"
sont cuits dans une poêle.



Au Pakistan,
le pain cuit sur
une plaque de fer.



En Italie, la pâte à pizza
ressemble beaucoup
à la pâte à pain.

En Turquie, le pain est cuit
dans un récipient en fonte.



Cuisson de galettes "kessra" en Tunisie.



Les pains français

A chaque région son pain.



Le pain français a grande réputation.

La classique baguette française est connue dans le monde entier. Elle ne doit peser que 250g et ne comporter que les ingrédients de base: farine, sel, eau et levure. La baguette de tradition française est un des symboles typiques de la France et plus particulièrement de Paris



Le pain pistolet du Nord de la France



Le pain marguerites « boules » de la région lyonnaise



La couronne



Le pain porte manteau de la région de Toulouse



Le pain tordu du Limousin



Le pain de Nice



Le pain scie de la vallée du Rhône

Les expressions à croquer

Le pain et les expressions françaises



Avoir du pain sur la planche
C'est avoir beaucoup de travail

Ça ne mange pas de pain

Signifie que ça ne coûte rien de faire quelque chose: c'est sans risque et sans mauvaise surprise

Etre dans le pétrin
C'est être en difficulté

Se vendre comme des petits pains
Signifie que quelque chose se vend très facilement

Oter le pain de la bouche à quelqu'un

C'est priver quelqu'un de ce qui est nécessaire. En effet, le pain est l'aliment le plus important

Acheter quelque chose une bouchée de pain
Veut dire que ce n'est vraiment pas cher

Recette du pain maison

A toi de jouer!



Pour faire ton pain maison, il te faudra:

- 500 g de farine à Pain
 - 300 g d'eau
 - 1 cuillère à café et demi de sel
 - 2 sachets de Levure Boulangère «Spéciale Pains»
- Un peu de farine pour les mains et le plan de travail



<http://www.painmaison.com/fr/faire-son-pain/pain-a-la-main.php>

La recette du pain

Écris les étapes de la recette du pain















