

# Les Farines de la Touche



## De la ferme aux farines ...

Agriculteurs bio, installés depuis 10 ans à Domfront dans l'Orne, Adèle et Tanguy LAURENT possèdent 30 vaches laitières et quelques vergers de pommiers et poiriers.

Ils pratiquent également des rotations alternant prairies et cultures (blé, seigle), favorables au bon équilibre du sol.

La ferme des Laurent fonctionne donc en autonomie et dans le respect des cycles naturels.

Mais leur spécialité, c'est de transformer leur blé et leur seigle panifiables en farines fraîches et bio, grâce à leur moulin de type Astrié fabriqué par une coopérative bretonne, et à leur grange aménagée en meunerie.

Les premiers sacs de farine ont été préparés et vendus en août 2013.

## Des farines fraîches, faites « à la main »

Les farines de la Touche sont produites à partir de blé non dégermé, produit sur la ferme. Elles conservent ainsi leurs qualités nutritionnelles et sont naturellement riches en fibres, minéraux et vitamines.

Le blé est moulu très lentement (10kg/heure) à la ferme, sur une meule de pierre non reconstituée.

Le résultat : une farine fine, agréable à travailler, qui ne fait pas de grumeaux, des pâtes souples... Certains disent même de la farine qu'elle est "vivante" !

La farine est ensuite ensachée à la main, à la ferme, au fur et à mesure des commandes pour garantir des farines toujours « extra fraîches ».

Sans sel ni conservateur, elle se conserve très bien au réfrigérateur si elle n'est pas consommée dans les mois suivants sa fabrication.

## Les farines de la Touche : la passion du bio et du bon !

Toutes les farines d'Adèle et Laurent sont certifiées Bio Cohérence et Nature et Progrès



## Farines fraîches



Farine blanche (T65)



Farine semi-complète (T80)



Farine complète (T110)



Farine de seigle



Farine de sarrasin

**FARINE DE BLE** : Poudre de couleur blanc crème, odeur et saveur franches de froment.

**BLANCHE (T65)** : recommandée pour la fabrication de la pâtisserie (gâteaux, crêpes...), pâtes à tarte, viennoiseries, sauces...

**SEMI-COMPLÈTE (T80)** : Mêmes usages que la farine blanche.

**COMPLÈTE (T110)** : idéale pour la fabrication du pain, elle est également recommandée aux personnes diabétiques.

**FARINE DE SEIGLE** : Recommandée pour la fabrication de pain en complément de la farine de blé, ou pour des sablés, biscuits secs, pains d'épices...

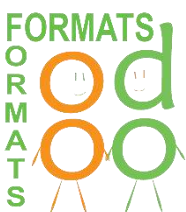
Poudre de couleur grise, odeur et saveur franches de seigle, pouvoir satiétant élevé.

**FARINE DE SARRASIN** : recommandée pour la fabrication de galettes de blé noir mais aussi du pain. En plus de ses qualités nutritives, elle est naturellement très pauvre en gluten.

Poudre de couleur marron claire, très fine et dense.

Pour garantir la fraîcheur des farines, nous vous proposons des précommandes avec livraison tous les 15 jours.

N'hésitez pas à nous contacter pour plus de détails.



Sacs en papier kraft de 0,5kg - 1kg - 3kg - 2kg - 5kg - 10kg - 15kg - 25kg  
(\* ) FR-BIO-01