

BOL D'AIR

L'INDÉPENDANT

LIVRES / MUSIQUE
CUISINE
JARDINAGE

Le retour du bon pain

Véritable fierté nationale, le pain reste incontournable sur nos tables et fait partie de notre patrimoine. Et si sa qualité a pu baisser après la seconde guerre mondiale, on assiste depuis quelques années à un retour en force du « bon pain ».

Même si la consommation a fortement baissé en un siècle (les Français en mangeaient 900 g par personne et par jour au début du XX^e siècle, contre environ 120 g aujourd'hui), le pain reste au cœur de nos repas. Une étude de Quali quanti réalisée fin 2015 montre l'attachement des Français à cet aliment très symbolique. Même s'il ne fait pas systématiquement l'objet d'un achat quotidien, 92% d'entre nous ont toujours du pain à la maison. Véritable aliment « plaisir », il reste l'accompagnement idéal de tous les repas et LA spécialité française inégalée ailleurs dans le monde.

Le pain reste central à tous les âges, mais à chaque génération sa façon de la consommer et ses critères de choix. Si le pain a su se renouveler au fil des ans, la baguette reste incontestablement la favorite et représente une grande majorité des achats de pain. La « tra-

dition » est plébiscitée par les consommateurs, suivie de la baguette classique et des pains aux graines. Signalons également la forte progression de l'utilisation du pain en sandwich.

Retrouver le « vrai goût »

Autre enseignement de cette étude, les consommateurs semblent choisir leur lieu d'achat du pain selon un critère de qualité : ils recherchent du bon pain, autant par son aspect que sa texture et son goût. On veut retrouver le « vrai goût » du pain. Car sans faire de passéisme, il est indéniable qu'après la seconde guerre mondiale, la qualité du pain a fortement chuté. Comme l'explique l'historien et spécialiste du pain Steven Kaplan, durant la guerre, le seul pain disponible était lourd, collant, peu appétissant, et de piètre qualité. Il en a résulté une forme de nostalgie pour le pain blanc d'antan qui a rapidement conduit au développement d'un nouveau processus de fabrication pour faire du pain ra-



pidement. Un pain blanc, léger, sans consistance... et totalement insipide ! Le « décret pain », paru en 1993 sous l'impulsion de Jean-Pierre Raffarin, a beaucoup fait pour la profession. Ce texte visant à défendre la boulangerie de fabrication traditionnelle face à la concurrence du pain produit en grandes surfa-

ces a imposé des impératifs de mouture de la farine et de fabrication du pain. Ainsi, selon le décret, le pain ne doit avoir subi aucun traitement de surgélation au cours de son élaboration, ne contenir aucun additif et doit être composé exclusivement d'un mélange de farines panifiables de blé, d'eau et de sel de

cuisine. Ce décret signe le point de départ officiel de la « Baguette de Tradition Française » et l'arrivée de toute une génération de boulangers qui vont rendre sa dignité au pain. Aujourd'hui, la « tradi » est en vogue et les ventes ne cessent de croître.

Dossier Béatrice Vigot Lagandré

Mickaël Reydellet, chantre de la baguette bien cuite

Arrivé un peu par hasard dans le monde de la boulangerie, Mickaël Reydellet s'est découvert une véritable passion pour le pain. A 20 ans, le jeune Normand se cherche un peu et son voisin boulanger lui propose de lui apprendre le métier. Il lui transmet sa passion et c'est le délice ! Mickaël tombe amoureux du bon pain. Dès l'âge de 25 ans, il crée « La Parisienne », sa première boulangerie à Paris. Viendront cinq autres, dont la toute dernière, dans le 9^e arrondissement.

Travailleur acharné et passionné, Mickaël peut s'enorgueillir d'avoir remporté le prix de la meilleure baguette de Paris en 2016, gagnant ainsi le droit de fournir l'Élysée pendant une année.

Comment avez-vous vécu l'attribution de ce prix de la meilleure baguette ?

C'est une vraie fierté, et une belle reconnaissance. C'est



► Mickaël Reydellet, fier de ses pains façonnés avec passion.

très gratifiant. Et on est aussi très sollicité. 30 minutes après avoir obtenu le prix, j'étais assailli de journalistes. Cela nous amène aussi plus de clientèle. Et le logo prix affiché sur la vitrine attire les curieux. Ils entrent et

découvrent notre gamme de pain et de pâtisseries par la même occasion.

Pensez-vous que la qualité du pain va vers le haut ?

Oui, incontestablement. Depuis 15 ans, il y a une vraie recherche de goût et de bons produits. Depuis le décret pain également, qui a fait du bien à la profession, on tend à aller vers une meilleure qualité. C'est d'autant plus vrai à Paris où la concurrence est féroce. Cela crée une émulation entre les boulangers, c'est une concurrence saine.

Il y a quelques années, devenir boulanger n'était pas forcément un choix, comme la cuisine d'ailleurs. Aujourd'hui, on voit des vocations, le métier suscite plus l'envie, notamment grâce aux émissions « Le Meilleur Pâtissier », ou « La Meilleure Boulangerie de France ». La boulangerie française marche très fort

également partout dans le monde, des boulangers français ouvrent leur boutique au Japon et rencontrent un vrai succès. C'est à nous, boulangers, de former les jeunes, d'inculquer le désir du travail bien fait et cette passion du pain. Boulanger, c'est un métier d'avenir, un métier artisanal dont on vit bien, et qui permet de bien gagner sa vie.

Comment fait-on un bon pain ?

Un bon pain, c'est d'abord une bonne sélection de produits. Nous avons choisi de travailler avec une minoterie située près de Lyon (Minoterie Forest) qui nous fait une farine sur mesure, produite à partir de 21 types de blés. C'est un assemblage spécifique, que nous avons cherché et mis au point.

J'ai également choisi de ne pas travailler la baguette avec du levain, pour avoir une régularité dans mon pain. Le levain peut donner une trop forte acidité, et un pain trop typé. Je travaille avec le processus d'autolyse un processus de fermentation qui dure 10h.

Il nous faut à peu près 12 heures pour faire une baguette. On commence par mélanger la farine et l'eau et on laisse reposer (c'est l'autolyse). Ensuite, on ajoute la levure et le sel, on pétrir et on laisse à nouveau reposer. Vient ensuite la division des pâtons suivie d'un nouveau



temps de repos avant le façonnage (il faut au préalable dégazer la pâte pour enlever les trous qui peuvent se former dans la mie) puis on laisse pousser. Les temps de repos et de pousse dépendent de la température, de l'humidité, et du savoir faire du boulanger. Avant d'enfourner, on entaille le pain de coups de lames (c'est la signature du boulanger). Une bonne baguette se conserve 6 à 8h. Et il faut arrêter de manger des baguettes pas trop cuites ! Une bonne baguette est une baguette bien cuite car le processus de caramélisation libère tous les arômes. Lorsque vous l'achetez, la baguette doit être croustillante, et « chanter » !

La créativité est importante dans votre métier ?

Quand on fait les choses avec plaisir, par passion, on a envie de se lancer des défis, de créer de nouveaux pains. Il faut être créatif, s'éclater, toujours garder le plaisir d'innover, de créer. Et

le métier de boulanger évolue beaucoup : il faut à la fois proposer des baguettes, des pains spéciaux, des viennoiseries, une partie traiteur ou « snacking ». Notre métier, c'est aussi de savoir expliquer nos produits. L'accueil est très important.

Votre plus belle création ?

La baguette tradition, c'est ma plus grande fierté... et aussi la tradition feuilletée, faite à partir de beurre.

Les consommateurs sont ils plus exigeants ?

Oui, et cela pousse à faire toujours mieux, et à augmenter la qualité. D'autant qu'à Paris, nous avons beaucoup de concurrence.

Quelles sont les qualités pour réussir ?

Il faut être passionné, motivé, et très courageux, toujours se remettre en question, et ne pas prendre d'habitudes. C'est la clé de la réussite pour garder une qualité optimale. On doit vérifier tous les jours si nos produits sont bons.

Baguettes en compétition

Michael Reydellet et son associé Florian Charles, de la boulangerie La Parisienne ont remporté, en mai dernier, le trophée de la meilleure baguette tradition de Paris, convoité par plus de 200 participants chaque année.

Pour pouvoir concourir, les baguettes doivent mesurer de 55 à 65 cm, peser entre 250 et 300 g, et avoir une teneur en sel de l'ordre de 18g / litre de

farine. Cette année, plus de 155 baguettes ont été évaluées par un jury composé notamment de Benoit Nicolas (Meilleur Ouvrier de France et professeur de l'École Ferrandi), Guillaume Gomez (chef des cuisines du Palais de l'Élysée) et

Djibril Bodian, lauréat 2015. Les baguettes sont jugées selon cinq critères : la cuisson, le goût, la mie, l'odeur et l'aspect.

