

Le Moniteur

Moniteur de la Fédération Francophone de
la Boulangerie - Pâtisserie - Confiserie - Chocolaterie - Glacerie



PB-PP1B-10
BELGIE(N)-BELGIQUE
P 302 015

Bulletin mensuel
37^e année
Décembre 2020

NOUS VOUS SOUHAITONS DE TRÈS BONNES FÊTES
ET SURTOUT UNE ANNÉE 2021 PLUS FACILE!





BLACK EDITION

ECO+ 450 – automatique



- Epaisseur de tranche : de 9 à 18 mm selon votre région
- Lignes épurées
- Silencieuse
- Sécurisée
- Ergonomie et automatisme
- Système breveté ISC: permet d'ajuster la vitesse de coupe aux différents types de pains !
- couleurs: gris, noir, blanc, rouge
- voltage au choix sans surcoute
- 5 ans de garantie pièces par le fabricant

DURO 450 – manuelle



- Epaisseur de tranche: de 9 à 18 mm selon votre région
- Robuste
- Efficacité de coupe
- couleurs: gris, noir, blanc, rouge
- voltage au choix sans surcoute
- 5 ans de garantie pièces par le fabricant

Diviseuse-formeuse : Tradiform

- Avec capot de tassage
- Système de découpe et mise en forme extérieur
- Faible encombrement
- Rapidité et efficacité d'exécution
- 5 ans de garantie pièces par le fabricant



Bruyere

Rue François-Léon Bruyere, 34
B-6041 Gosselies
Tél : 071/25.01.22 - Fax : 071/34.45.76
materiel@bruyere.be - www.bruyere.be



Chers membres. Chers lecteurs,

Après le comité de concertation de ce vendredi 27 novembre, il est clair que les Fêtes de Fin d'Année seront bien différentes, compte-tenu du maintien du confinement assez strict au niveau des contacts sociaux.

Depuis le début de la pandémie, vous avez respecté, avec beaucoup de rigueur et de solidarité toutes les directives de précautions et vos représentants en sont, naturellement, très fiers. Nous vous invitons à persévérer et à continuer à prendre et respecter toutes les mesures afin de freiner la propagation du virus.

Je suis convaincu que le secteur réalisera de bonnes ventes car fêtes il y aura, peut-être, en petits comités mais beaucoup plus nombreuses. Il sera nécessaire d'adapter l'offre et de mettre en place des procédures innovantes de commandes, d'enlèvements ou de livraisons afin que la distanciation soit scrupuleusement respectée.

Rappelez-vous qu'il est plus que jamais capital de surveiller les indicateurs de votre entreprise, en ces moments inhabituels. Si le besoin se fait sentir, contactez au plus vite votre comptable, fiscaliste ou conseiller en gestion pour vous accompagner aux premiers signes de fléchissement.

Nous vous souhaitons beaucoup de travail et de satisfactions pour ces Fêtes de Fin d'Année.

Prenez soin de vous et de vos proches !

Cordialement.

● **A. Denoncin**
Président



Vous fournir l'énergie, notre pain quotidien...



Total, votre partenaire multi-énergie.

En tant que membre de la Fédération Francophone de la Boulangerie-Pâtisserie, bénéficiez d'avantages exclusifs sur l'offre gaz, électricité, mazout et carburants.

ÉCONOMISEZ JUSQU'À :

15%
sur votre facture
gaz et électricité

30€
HTVA/1.000L
de mazout

9,1c€
ttc/L sur votre
carburant

Pour toute question sur ce sujet, contactez-nous :

Gaz et électricité | Mazout | Cartes carburant | Pellets

yourenergy@total.com | Tél.: 02 224 96 00 | www.totalcards-adhesion.be (code promo: BENERGY)



Le Moniteur

SOMMAIRE



Journal d'informations des professionnels de
la Boulangerie – Pâtisserie – Confiserie – Chocolaterie – Glacerie

- Recette** **6** Tarte poires, amandes et miel | Galette frangipane aux amandes
- Communication fournisseurs** **7** Campagne de promotion des Maîtres Boulangers-Pâtisseries : les gagnants des concours sacs à pain
- Grand public** **8** Pierre Marcolini élu meilleur chef pâtissier du monde
- Communication fournisseurs** **11** DEWECO, expert en sols synthétiques industriels pour boulangeries
- Promotion** **12** Le pain, une place de choix dans l'achat local
- Boulangier à l'honneur** **14** Boulangerie-pâtisserie Michaël Lejeune, la relève de notre vice-président José Vanderauwera
- Grand public** **16** Souvenirs sucrés de leur enfance : un livre de Nicolas Gaspard et Jean-Philippe Darcis
- Chocolat** **18** Le Chocolat, une valeur sûre dans le monde
- Législation** **23** Informations sur l'étiquetage du chocolat
- Fiscal** **24** Et si je n'imprime plus rien ?
- Bon à savoir** **26** Covid... Faites attention au pistolet d'essence
- Nutrition** **28** Les vertus de l'amande
- Santé** **30** Vitamine D : protectrice du coronavirus, d'après les dernières études
- Philosophie** **32** Quelques phrases philosophiques que l'on devrait tous connaître
- Santé** **34** Le pain chez l'enfant
- Grand public** **36** Colette & Louis et le drôle de livre du pain
- Marketing** **37** Comment élargir sa zone de chalandise
- Chronique technique** **40** Le faible interventionnisme du boulanger sur la pâte
- Consommation** **45** Quels mangeurs de pains sont vos clients ?
- In Memoriam** **46** Alphonse Leysen
- Petites annonces** **47**

Administration & gestion

Bld Louis Mettwie, 83/42 • B-1080 Bruxelles
Tél. : 02/469.12.22 • Fax : 02/469.21.40
Mail : info@ffrboulpat.be
Compte : BE02 1270 7132 3240

Publicité et petites annonces

Florence de Thier,
florence@2thier.com, 0485 164 936

Éditeur responsable

A. Denoncin • 270 rue de la Libération, 6927 TELLIN

Ont collaboré à la rédaction

Fl. de Thier, J. Vanderauwera, H. Léonard, D. Cigagna, A. Szalies, F. Lefranc, J. Mathias, G. Xhauffaire, M. Dewalque.

Impression : Snel Grafics, Herstal – Photos : Shutterstock.com

Les auteurs des articles sont seuls responsables des opinions exprimées et publiées même si elles ne sont pas partagées par l'éditeur. La responsabilité des articles incombe à leurs auteurs.

Tarte poires, amandes et miel

recette Chef C.Lignac

Ingrédients :

- 4 poires
- 1 pâte feuilletée
- 4 œufs
- 10 cl de lait
- 50 g d'amandes effilées
- 6 c. à soupe de miel
- 4 c. à soupe de raisins secs

Préparation :

1. Foncez le moule de pâte feuilletée et piquez-la à la fourchette.
2. Pelez les poires, ôtez le cœur et les pépins et coupez-les en morceaux.
3. Disposez-les sur la pâte et ajoutez les raisins secs.
4. Battez les œufs avec le lait et le miel et ajoutez la moitié des amandes. Mélangez.
5. Versez la préparation sur les fruits et parsemez du reste d'amandes.
6. Enfourez pour 25 minutes.

Réserver au frais, vous pouvez servir la tarte tiède ou froide. Pour qu'elle soit tiède, thermostat 80° et laisser environ 15 mn.

Les vertus des amandes sont expliquées dans ce moniteur.



Galette frangipane aux amandes

de Christophe Michalak

Ingrédients :

- 150 g d'œufs (environ 3 œufs)
- 100 g de sucre semoule
- 20 g de miel de fleurs
- 150 g de poudre d'amandes blanches
- 5 g de gouttes d'amande amère
- 20 g de fleur d'oranger
- 1 g de zeste d'orange bio
- 75 g de beurre demi-sel mou
- 50 g de mascarpone
- Un peu d'amandes effilées, d'amandes brutes et de sucre glace pour les finitions

Préparation :

Dans un cul de poulet, monter au fouet les œufs, le sucre semoule et le miel.

Ajouter la poudre d'amandes, les gouttes d'amande, la fleur d'oranger et les zestes d'orange. Mélanger.

Ajouter le beurre mou et le mascarpone. Mélanger.

Verser dans un moule beurré. Faire cuire 40 min environ. Parsemer de quelques amandes effilées, d'amandes brutes et de sucre glace.





Campagne de promotion des Maîtres Boulangers-Pâtisseries :

les gagnants des concours sacs à pain

Ce concours est une initiative de la fédération et de l'APAQ-W.

Chaque boulanger participant a reçu 1000 sacs à pain comportant chacun un code unique. Les consommateurs, en jouant via le site web, avaient la possibilité d'être l'un des grands gagnants (un dans chacune des 5 provinces wallonnes) d'un an de pain gratuit ou d'un bon d'achat chez son maître boulanger-pâtisseries agréé. Il y a eu plus de 10.000 participants au concours !

5 Consommateurs ont donc gagné un an de pain gratuit (valeur 780 €)

Une valorisation de 30€ a également été attribuée à un client de chaque boulangerie participante.

Voici les résultats du concours « Sacs à pain »

5 gagnants, 1 gagnant par province.

Chaque boulangerie-pâtisseries participante s'est vue octroyer un gagnant de 30€.

Province du Hainaut

La boulangerie-pâtisseries « Au bon Cantieau » à PAPIGNIES.
Gagnante : Linda AUBECQ de PAPIGNIES.

Province de Namur

La boulangerie-pâtisseries PIHART-PIERLOT à JEMELLE
Gagnante : Clémence DOSTER de ON.

Province du Brabant Wallon

La boulangerie-pâtisseries HAYET Olivier à NIL-ST VINCENT-ST MARTIN.
Gagnante : Wendy VAN NOORBEECK de LOUPAIGNE.

Province de Liège

La boulangerie-pâtisseries Axel FRANCOIS à ANS.
Gagnante : Marie-Thérèse JEANNES à FEXHE-le-HAUT-CLOCHER.

Province de Luxembourg

La boulangerie-pâtisseries LAMOTTE Jean-Michel à SAINT-HUBERT.
Gagnant Jean-Luc ANTOINE de SAINT-HUBERT.

Pierre Marcolini

élu meilleur chef pâtissier du monde

Tout le monde le connaît évidemment comme chocolatier, mais Pierre Marcolini est aussi et surtout un grand pâtissier.

Le lundi 26 octobre 2020, Pierre Marcolini a reçu le prix de "Meilleur Pâtissier du Monde" sur la scène virtuelle du World Pastry Stars 2020.

Voilà de quoi se réjouir, car si les chocolats Pierre Marcolini sont connus dans le monde, ce n'est qu'en Belgique que l'on peut déguster ses spécialités pâtisseries.

En effet, cet événement a été organisé virtuellement. Un jury représenté par des journalistes indépendants a élu le Belge à l'unanimité.

Ce prix est le plus bel hommage dont le chef pouvait rêver pour les 25 ans de la Maison Pierre Marcolini.

Le prix remis ne reposait pas sur une création particulière, mais sur l'ensemble de son travail pâtissier : Pierre Marcolini fut un pionnier en travaillant non seulement le design de ses gâteaux, mais en y introduisant des herbes, des épices rares, de la fève tonka ou tous des ingrédients inédits, le tout parfumé du plus intense des chocolats noirs.

Déjà, en 1995 à Lyon

Le chocolatier-pâtissier belge avait déjà été sacré champion du monde de pâtisserie à Lyon en 1995 alors que personne ne le connaissait et qu'il officiait comme pâtissier chez Wittamer à Bruxelles.

Il a fondé la Maison Pierre Marcolini la même année dans notre capitale. Elle compte aujourd'hui plus de 40 boutiques dans plusieurs pays dont la Belgique, mais aussi notamment la France, le Royaume-Uni, le Japon, Dubaï et la Chine.

Pierre Marcolini est un des rares chocolatiers à torréfier lui-même ses fèves. Pour trouver les meilleurs crus de cacao, Criollo, Trinitario, Nacional ou Forastero... il sillonne lui-même chaque année la planète et s'investit personnellement dans toutes les étapes de réalisation de ses produits.

Interview de Pierre Marcolini

Florence de Thier -Fdt- : Pourquoi pensez-vous que les gens vous connaissent beaucoup mieux pour votre chocolat que pour vos pâtisseries ?

Pierre Marcolini -PM- : C'est sans doute dû au fait que les boutiques, Maison Pierre Marcolini, proposent principalement des chocolats et un peu moins de pâtisseries, même si nous avons dans notre collection des assortiments de macarons, cakes et financiers en plus des bûches de fin d'année.

Fdt : Comment s'est passé pratiquement le World Pastry Stars 2020 ?

PM : Le WPS est le plus important congrès international de la confiserie dédié aux professionnels de la pâtisserie et a été fondé par Iginio Massari avec Italiangourmet. Cet événement reçoit des Stars internationales de la Pâtisserie qui ont changé le monde de la pâtisserie par leur esprit créatif, leur technique, leur forte personnalité et leur passion sans limites.

Pour cette 7^e édition ayant pour thème « L'Avenir de la Pâtisserie est en marche », un format innovant et entièrement numérique a été mis en place.

Cette conférence - orchestrée par Iginio Massari, en studio avec Francesco Briglia, directeur d'Italiangourmet - a eu lieu en streaming en direct depuis les quatre coins de la planète, réunissant six des plus grands pâtissiers du





monde: Jordi Roca et Albert Adria d'Espagne, Christophe Michalak et Angelo Musa de France, Antonio Bachour des États-Unis, et le meilleur chef pâtissier d'Asie 2020 Shoji Natsuko, du Japon.

Fdt : Comment se passe ce genre d'événements en virtuel ?

PM : *C'était une première pour moi... c'était étrange et en même temps très bien organisé.*

Nous nous étions donné rendez-vous « en virtuel » avec l'organisation du WPS.

J'étais chez moi, assis derrière mon écran d'ordinateur quand j'ai reçu le prix. Les autres chefs étaient également connectés et nous avons levé notre verre face à l'écran. C'était un grand moment d'émotion.

Fdt : Quel est votre ressenti face à cette nomination de Meilleur Pâtissier du Monde ?

PM : *Ce prix me touche beaucoup et particulièrement en cette période de COVID. Recevoir un tel hommage de la part de journalistes indépendants ainsi que des plus grands chefs et pâtissiers est un véritable honneur !*

Et puis, il s'agit surtout d'une récompense pour la Maison et le travail engagé de l'ensemble des collaborateurs !

Fdt : Quels étaient vos atouts ?

PM : *Cette récompense ne salue pas une création en particulier mais bien l'ensemble d'une carrière. Le jury tient compte de la créativité et des produits bien sûr mais également des valeurs commerciales et d'entreprise, de l'engagement de la Maison et l'importance de la transmission des connaissances.*





Depuis toujours, j'ai voulu dépasser les limites du monde de la pâtisserie-chocolaterie tout en préservant la qualité.

En 2001, j'ai décidé de produire mon propre chocolat de la fève à la tablette suite à une directive européenne. Celle-ci a autorisé l'utilisation de graisse végétale autre que le beurre de cacao (à hauteur de 5 à 10%) dans le chocolat.

Il était important pour moi de garantir une qualité de chocolat exceptionnelle, raison pour laquelle je suis parti à la recherche des meilleurs fèves de cacao afin de pouvoir réaliser mon propre chocolat.

Je collabore depuis quelques années déjà avec une sélection de planteurs exceptionnels à travers le monde : Madagascar, Cameroun, Cuba, Venezuela, Equateur...

Je suis allé à leur rencontre plusieurs fois ce qui a permis de tisser un lien très fort de confiance. Ce qui est primordial pour la qualité de notre chocolat.

Aussi, la Maison Pierre Marcolini offre une juste rémunération aux planteurs. Parfois 3 fois supérieure au prix du marché. Ce juste prix permet aux planteurs d'envoyer leurs enfants à l'école et d'investir dans leur plantation.

Nous avons également une charte éco-éthique qui lie la Maison Pierre Marcolini et les planteurs. Un véritable parti-pris et nous en sommes très fiers.

Celle-ci stipule 3 points :

- Proscrire tout travail infantile dans les plantations gérées,
- Exclure l'usage du glyphosate pour la culture du cacao,

- Exclure les fèves issues de la culture de la variété CCN-51, lors de la sélection des lots pour la Maison Pierre Marcolini.

Cette collaboration pérenne et de confiance assure un approvisionnement de qualité afin de pouvoir produire les meilleurs chocolats du monde.

J'attache également beaucoup d'importance à la transmission. La transmission d'un savoir-faire bien sûr mais également du goût.

Je pense que ces différents engagements pris par la Maison ont été des atouts.

Fdt : Quels sont vos projets pour les 3 ans à venir ?

PM : Mes équipes et moi-même n'arrêtons jamais, nous réfléchissons sans cesse à de nouvelles créations ou recettes. Nous revisitons également des recettes déjà existantes. Nous diminuons le taux de sucre dans certains chocolats par exemple.

Nous sommes continuellement à la recherche de nouveaux ingrédients, de nouvelles matières premières telles que des poudres de fruit naturelles, des farines bio provenant d'artisans locaux etc...

Il est important de continuer à garder une certaine curiosité et créativité.

D'un point de vue plus stratégique et business, nous devons consolider ce qui a été mis en place jusqu'à présent. Aussi bien en Belgique qu'au niveau de l'expansion à l'international.

● **Fl. de Thier**





DEWECO

expert en sols synthétiques industriels pour boulangeries

Vous cherchez un sol durable et hygiénique pour votre boulangerie? Alors, le sol en acrylate DEWEFLOOR AC est adéquat.

Un sol en acrylate ou sol coulé antidérapant est un sol synthétique à base de résines de PMMA (polyméthacrylate de méthyle) contenant du sable de quartz coloré ou des paillettes colorées.

Les sols en acrylate sont **durables, sans joints, faciles à entretenir** et respectent les conditions d'hygiène et de sécurité les plus strictes (HACCP, NVWA et Arbo). De plus, vous pouvez choisir parmi diverses couleurs, **en version résistant à la chaleur** et avec des **finitions antidérapantes**.

Pourquoi recourt-on souvent à des sols coulés en acrylate dans des boulangeries ?

Avec un sol de boulangerie en acrylate, vous travaillez toujours en respectant l'hygiène et la sécurité alimentaire. En effet, ce type de sol coulé est installé

sans joints, avec des plinthes arrondies. De ce fait, ce sol est **imperméable, facile à nettoyer** et **impénétrable** par des résidus de saleté.

Nos sols en acrylate respectent également toutes les exigences en matière de sécurité pour être de bons sols de boulangerie : ils sont **durables** et **robustes** et **résistent aux chocs**. De plus, ils peuvent être parachevés d'une couche antidérapante. Vous évitez ainsi les accidents dans des environnements humides et glissants.

Nos sols pour boulangerie résistent aux basses températures des ateliers et chambres froides, mais vous pouvez aussi prévoir un **système de sol résistant à la chaleur** à base de mortier de polyuréthane pour supporter les matières chaudes échappées de vos fours rotatifs, fours à chariot et armoires de cuisson.



Bedrijventerrein Gate 7
Prins Boudewijnlaan 7a bus 4
B-2550 Kontich (Anvers)

Tél: +32 3 455 56 36
E-mail: info@deweco.be



Le pain,

une place de choix dans l'achat local

Dans le cadre de ses activités de promotion, l'Apaq-W souhaite souligner le caractère dynamique et moderne de l'agriculture wallonne et, par ailleurs, les intérêts et préoccupations d'une société en pleine mutation. En référence à ce monde marqué par la digitalisation, la citoyenneté active et le respect de l'environnement, l'Agence a conçu la base line «#jecuisinelocal durable et de saison» qui s'inscrit dans cette dimension durable et proactive et qui se décline à travers les campagnes de communication de cette organisation.

Au-delà d'un concept de communication, #jecuisinelocal est un engagement auquel sont invités tous les consommateurs et citoyens pour défendre et promouvoir une agriculture durable et responsable.

Et le pain est bien entendu visé par cet engagement.

Une page dans Vers l'Avenir du 14 novembre y a d'ailleurs consacré une page. L'auteur de l'article est Vincent BAILLET. Pour ceux qui n'ont pas pu la lire, en voici le contenu :

Essentiel dans notre alimentation, le pain ne doit pas déroger à la règle de l'achat local. D'autant plus que la Wallonie dénombre plus de 1 400 maîtres boulangers-pâtisseries au savoir-faire unique.

Vincent BAILLET

Alors que, dans un épais brouillard, la ville de Mouscron est encore profondément endormie, au milieu de la nuit, dans l'atelier de la boulangerie Mortagne, cela court, depuis un moment, dans tous les sens. On pétrit d'un côté, étale de la pâte à croissant de l'autre, sans oublier de jeter de temps en temps un coup d'œil au grand four pour que tout soit cuit à point.

Les étagères de la boulangerie familiale se remplissent peu à peu des spécialités maison, à peine sorties du four à quelques mètres de là. « Un de nos ouvriers a démarré sa journée à 21 h hier, raconte Frédéric Mortagne, le patron. Les autres l'ont rejoint petit à petit. »

Il est bientôt 7 h, l'heure de lever le rideau de métal du petit commerce mouscronnois, l'équipe est au complet et ils sont désormais six à s'affairer en coulisses. « On entend souvent dire que les boulangers sont sans doute un peu fous... Personnellement, j'ai toujours fait mon métier par passion et je ne l'ai jamais regretté, avoue le boulanger entre deux croissants façonnés. Puis quand quelqu'un vient vous glisser qu'il n'a jamais mangé une si bonne baguette, c'est la meilleure des récompenses. »

Comme Frédéric, ils sont 1 400 maîtres boulangers-pâtisseries à produire leur pain jour après jour à travers la Wallonie. « Un titre qui ne doit rien au hasard, détaille Albert Denoncin, président de la Fédération francophone de la boulangerie. En acceptant de signer la charte, le maître boulanger s'engage notamment à assurer une fabrication quotidienne dans le respect des règles de l'art, mais aussi à garantir une qualité maximale dans le choix des farines et des matières premières. »

Les premiers utilisateurs de produits locaux

Et quand il s'agit d'acheter local, pour Albert Denoncin, les boulangers sont en quelque sorte des locomotives.

« Ils sont même de bons ambassadeurs du "consommer local", parce qu'ils ont le meilleur maillage de commerces locaux dans l'ensemble de la Wallonie, confirme-t-il. Farine, beurre, lait, œufs... Nous employons de nombreuses matières premières issues directement de chez nos producteurs et nos produits ne font pas le tour de la Belgique avant de se retrouver sur les étals. »

Il existe en Wallonie autant de sortes de pains qu'il existe de boulangers. « Si pas plus, voire beaucoup plus, se réjouit le président. Et chacun a ses propres consommateurs ou amateurs. La pâte est une matière vivante.

Il y a également eu l'intervention de monsieur MORTAGNE chez qui le journaliste s'est rendu durant la fabrication. Vous pouvez voir cette vidéo sur ce lien : <https://youtu.be/q8yNVnGBHwM>

PROMOTION



Dans l'atelier d'un boulanger, les machines ne sont que des accessoires. Elles ne sont rien sans le savoir-faire du boulanger. S'il y avait une qualité standardisée, cela ferait longtemps que le pain industriel aurait pris le pas, mais les machines ne remplaceront jamais l'humain. »

Outre le logo qui identifie les maîtres boulangers-pâtisseries, il est impossible de se tromper devant le pain d'un véritable artisan boulanger pour Frédéric Mortagne. « Il y a évidemment son goût, mais un bon pain se voit également à sa conservation. Plus la fermentation est bien faite, meilleure est celle-ci, termine le boulanger. Mais, avant cela, vous mangerez déjà le pain avec vos yeux. Impossible de regarder une belle baguette sans vous imaginer en train de croquer dedans avec un morceau de jambon ou de fromage. »

ENFOURNEMENT

LES SYSTEMES



IVAN
BAKKERIJMACHINES

📧 info@ivanbakkerijmachines.be | ☎ 050 31 93 43

📍 Kleine Monnikenwerve 34-36 | 8000 Brugge

🌐 www.ivanbakkerijmachines.be

Boulangerie-pâtisserie Michaël Lejeune,

la relève de notre vice-président José Vanderauwera

Michaël LEJEUNE a commencé comme apprenti de José Vanderauwera, patron respecté et paraît-il ne travaillant que dans le silence. 3 ans après, Michaël passait au statut d'ouvrier.

Lorsque José Vanderauwera a pris sa pension il y a un an et demi, MICHAËL LEJEUNE a repris la boulangerie-pâtisserie avec sa compagne qui travaillait dans les titres services.

MICHAËL LEJEUNE travaille seul à l'atelier et a été à bonne école avec son patron : il fait tout lui-même.

Il est entré en boulangerie-pâtisserie après avoir commencé l'hôtellerie qui ne lui convenait pas en raison de sa timidité.

Quand je lui demande s'il avait cette envie depuis son enfance, il me répond :

« un ami d'école avait un papa boulanger-pâtissier et je trouvais ça génial de manger des pâtisseries tous les jours ! ».

En pâtisserie, ce qui fonctionne le mieux, c'est le gâteau de Chapelle (que José Vanderauwera a créé), et le Mercator (voir recette) mais la tarte spéculoos, la tarte au riz et le St Honoré sont également fort demandés.

Je m'étonne de ne pas voir de gâteau à la crème fraîche comme à Liège mais, apparemment, ce n'est pas ce qui est demandé dans cette région.

Je m'achète donc un éclair au chocolat, ce qui est moins dans mes habitudes, et je dois avouer que c'est un des meilleurs que j'aie mangé !!! La crème pâtissière était juste délicieuse.





MICHAËL LEJEUNE fabrique une quinzaine de pains par semaine.

Et le covid dans tout ça ?

« Lors du premier confinement, j'ai vendu plus de pains et moins de pâtisseries car les gens s'y sont mis pour s'occuper. Cette fois, je ne vois pas un grand changement et heureusement, je n'ai pas d'ouvrier à payer ».

Chez MICHAËL LEJEUNE, rien n'est jeté. Les invendus sont donnés aux oies et au chevaux du voisinage.

Membre de la fédération, il est conscient du fait qu'en cas de problème, la fédération l'aidera mais ne l'est pas assez de toutes les tâches que la fédération accomplit. Je m'empresse donc de lui expliquer.

● **Fl. de Thier**



LA RECETTE DE MICHAEL LEJEUNE

Le Mercator

Pour 5x8 personnes

La pâte pour le fond

1 kg farine
500 g sucre se
500 g de beurre
6 g sel, 2 œufs
125ml de lait

Fond aux fruits

750gr corin abricot
550gr compote de pommes

Mélanger puis peser 140 g par fond de tarte.

Mélange coco

600g crème pâtissière
300gr sucre s2
700gr coco
600gr d'œufs entier
300gr de lait
250gr de beurre fondu

Mélanger et peser 310 g par tarte

Cuire à 200° pendant 20 à 25 minutes

Ensuite refroidir, décorer avec confiture fruits rouges et massepain.

Bon appétit

Souvenirs sucrés de leur enfance

un livre de Nicolas Gaspard et Jean-Philippe Darcis

Nous avons tous un souvenir sucré au fond de nous. Qu'il soit lié à nos grands-parents ou nos parents, ce souvenir nous ramène à un moment précieux de notre enfance. Après l'école, le week-end, lors d'une fête familiale, nous avons tous connu ces moments suspendus où goût et odeur imprégnaient notre cerveau.

Nicolas Gaspard, grand ami de Jean-Philippe Darcis et co-auteur de tous ses livres, a proposé une idée de livre qui pouvait intéresser le plus grand nombre.

Et l'idée consistait à interroger des stars belges sur leur madeleine de Proust sucrée.

Ce livre a pu voir le jour grâce au carnet d'adresses très rempli de Nicolas Gaspard qui a dû se mettre en contact avec les agents des stars en question.

35 artistes belges ont accepté de se confier à lui : Alec Mansion, Alice on the Roof, André Lamy, Annie Cordy, Axelle Red, Benny B., Bouli Lanners, Charlie Dupont,

Deborah François, François de Brigrade, François Pirette, Frédéric François, Jacques Mercier, Jean-Luc Fonck, Jérôme de Warzée, Lara Fabian, le Grand Jojo, les frères Taloché, Lio, Loïc Nottet, Maureen For, Mustii, Olivier Minne, Patrick Ridremont, Philippe Geluck, Pierre Kroll, Plastic Bertrand, Richard Ruben, Salvatore Adamo, Sandra Kim, Sandrine Corman, Saule, Tania Garbarski, Typh Barrow, Véronique Gallo nous font entrer quelques instants dans leur intimité...

Cet ouvrage est un voyage à travers les époques et la richesse des gourmandises qu'offrent notre pays et quelques contrées plus lointaines.





Interview de Jean-Philippe Darcis

Florence de Thier : pourquoi ce livre en fait ?

Jean-Philippe Darcis : il faut rendre à César ce qui appartient à César. Pendant le confinement, nous nous demandions, Nicolas et moi, si nous ne ferions pas un nouveau livre et cette idée originale est venue de lui.

Fdt : pourquoi pensez-vous qu'il va plaire et toucher les gens ?

JPHD : car tout le monde a besoin d'un retour aux valeurs, tout le monde a sa madeleine de Proust et tout le monde a sûrement envie, surtout pendant cette crise sanitaire, de se replonger dans ses souvenirs sucrés d'enfance.

Fdt : comment s'articule le livre ?

JPHD : Il y a 4 pages par artiste. Il y a l'interview de la star belge qui raconte ses souvenirs d'enfance liés aux délices sucrés (gâteaux, chiques, chocolats) et la recette que je propose pour permettre aux gens de refaire ce qui a tant marqué les personnes interrogées.

Fdt : cela vous a pris beaucoup de temps ?

JPHD : l'idée en mars et les épreuves à rentrer en octobre

Fdt : et vous, quelle est votre madeleine de Proust ?

JPHD : sans hésiter, le merveilleux ! Quand je revenais de mon école à Herve, j'allais faire mes devoirs dans la parfumerie de ma maman et à 16h, j'allais me chercher un merveilleux à la pâtisserie.

Fdt : peut-on dire qu'il y a une période clé qui revient souvent pour ces artistes ?

JPHD : c'est souvent à l'âge, entre 6 et 10 ans, qu'ils se réfèrent

Fdt : et avec quel type de personnes ?

JPHD : parents et grands-parents la plupart du temps

Fdt : y a-t-il d'autres choses qui sont apparues ?

JPHD : oui, parfois, c'était le contexte qui primait comme par exemple Charlie Dupont qui choisissait un merveilleux de piètre qualité dans le restaurant d'une grande surface mais il lui semblait fabuleux car il les mangeait lors d'un moment ritualisé en famille.

Fdt : quel beau cadeau pour les fêtes

JPHD : je l'espère en tout cas car c'est un cadeau qui fera appel à l'âme d'enfant de celui ou celle qui le recevra.

Le Chocolat.

une valeur sûre dans le monde

Nous sommes dans une des périodes où le chocolat est une star. La consommation de chocolat augmente régulièrement et représente 4 millions de tonnes par an soit l'équivalent de 127 kg de chocolat par seconde pour un chiffre d'affaires annuel de 72 milliards d'euros, l'équivalent du PIB des 21 pays les plus pauvres d'Afrique.

L'EXPANSION DU CHOCOLAT DANS LE MONDE

Après être arrivé en Espagne, le chocolat s'est assez rapidement répandu à l'échelle de l'Europe. A l'époque, il reste principalement réservé aux classes aisées. En effet, dès son entrée dans le vieux monde, les plus grandes familles sont conquises. Et les premières chocolateries commencent à ouvrir en Espagne.

Au début du XVII^{ème} siècle, la gourmandise apparaît en France via la ville portuaire de Bayonne, où le chocolat est importé par les Juifs portugais chassés par l'Inquisition. Il fait son entrée aussi en Angleterre où il concurrence fortement le thé venu de Chine et le café venu d'Orient. La différence se fait bien évidemment sur la réputation très bourgeoise du chocolat. En 1659 s'ouvre à Paris la première fabrique de chocolat. Et en 1671, David Chaillou, premier artisan chocolatier français, ouvre la première boutique parisienne de « chocolat à boire ». L'année 1674 voit apparaître les pastilles de chocolat en Angleterre.

Puis, ce n'est qu'une soixantaine d'années plus tard que le chocolat fait son apparition en Italie, mais de manière plutôt fracassante puisque sa qualité y est tout particulièrement reconnue. Malgré de nombreux projets médicaux, les chocolateries demeurent très artisanales. D'ailleurs, en 1750, la Suisse découvre enfin le chocolat. Et, ce n'est qu'en 1765 que l'Amérique, continent originel de la merveille, découvre les premiers bienfaits du cacao.

En 1828, le premier cacao en poudre vient de Hollande. La fameuse tablette de chocolat est inventée en 1830 en Angleterre. Et enfin, la Suisse fait une entrée inoubliable dans le monde chocolatier avec l'invention du chocolat au lait puis aux noisettes entre les années 1830 et 1875.

Enfin, au début du XX^{ème} siècle, on assiste à la baisse du prix du sucre et du cacao, à l'élévation du niveau de vie en Europe. Ainsi, le

chocolat devient aliment de base du petit déjeuner et du goûter des enfants. Beaucoup de ces diversifications ont bien évidemment lieu grâce à l'ère industrielle.

Sur une échelle mondiale, à cause de la colonisation européenne de l'Afrique, le cacaoyer se voit être implanté sur le continent africain, plus précisément à Sao Tomé et Príncipe. L'Amérique souffre alors énormément de cette diffusion, et meurt à petit feu, tandis que l'Afrique devient premier producteur de cacao au monde.

D'une manière générale, le chocolat représente un véritable succès puisque la production est multipliée par sept en l'espace de quarante ans seulement (1900-1940) et avec pas loin de 800 000 tonnes, le chocolat





est classé au niveau de la troisième matière première agricoles, derrière le sucre et le café. De Hambourg à New York, en passant par Amsterdam, Londres et Paris, tout le monde se l'arrache.

L'Asie, dans tout cela, s'ouvre depuis les années 90, et de plus en plus, au marché du chocolat. L'Indonésie et la Malaisie sont les deux principaux pays producteurs, mais ne font bien évidemment pas poids face aux géants, comme les pays de l'Afrique de l'Ouest.

PETIT TOUR D'HORIZON DE QUELQUES CONTRÉES DU MONDE.

La Finlande, pays du chocolat

Le chocolat finlandais a plus d'un secret et d'une surprise dans sa poche. Avec de nombreux chocolatiers de qualité et d'amateurs de cacao, la Finlande est un pays qui a beaucoup à nous raconter.

La Finlande, au même titre que la Suisse et la France, est connue pour son chocolat de grande qualité. Elle est surtout connue pour son chocolat Blue Fazer qui a la particularité d'être réalisé avec du lait frais par rapport aux autres souvent réalisés à base de lait en poudre. Depuis sa création en 1922, la recette de ce fameux chocolat est restée bien gardée.

Les autres chocolatiers finnois les plus connus sont Pieni Suklaatehdas Porvoo, Brunberg, Chjoko, Kultasuklaa, Fudge Love, Kaakaopuu, Panda et bien d'autres. La Finlande produit d'ailleurs 7.500.000 kg de chocolat par an. S'il y a beaucoup de marques connues, le chocolat présent sur le territoire est aussi grandement issu de l'exportation notamment des Pays-Bas et de l'Allemagne. Et les chocolats finlandais s'exportent aussi ...

Plus qu'un grand pays producteur de chocolat, la Finlande est aussi un pays de grands amateurs de chocolat. Il se classe en effet dans les 6 premiers

pays consommateurs de chocolat avec plus de 6,7 kilos de chocolat consommé par habitant par an.

Au sein de la région nordique, la Finlande est le troisième plus grand marché. Il possède environ un cinquième de la consommation totale de confiserie des pays nordiques.

Le Qatar et le chocolat

Le Qatar, péninsule à l'est de l'Arabie, est bordé par le Golfe Persique et l'Arabie Saoudite. Ce pays est situé dans un emplacement stratégique près des dépôts de pétrole, et il est le quatrième producteur de gaz naturel au monde.

Le Qatar occupe 11,437 km² sur la péninsule. Seule Doha, sa capitale, est capable de gérer la navigation. Le grand port est un terminal pour charger le gaz naturel. Mais Doha est aussi le commandant administratif, commercial et le centre de la population. En 1993, elle a été liée avec d'autres villes et sites. 80 % de la population de Qatar vie à Doha. La ressource en eau de la côte fournit des occasions pour la pêche. En plus, la plongée sous-marine pour la culture de perle constitue la richesse du pays.

La tradition culinaire du Qatar provient de l'Iran. Le riz est leur alimentation de base, ce plat est très riche en épices.

Doha est la capitale du chocolat et compte de nombreuses boutiques de chocolaterie. Mais le chocolatier le plus connu de Qatar est Patchi. Il est le distributeur en ligne pour la marque de Patchi à Doha. Depuis son établissement en 1974, la marque Patchi a été synonyme du chocolat de qualité supérieure. Le chocolat de Patchi ne contient aucun conservateur et aucune saveur artificielle, aucune huile végétale, mais seulement le beurre de cacao.

Le Canada et le Chocolat

Ayant une superficie de 9 984 670 km², le Canada est le deuxième plus grand pays du monde. Avec une densité de 3.5 habitants par kilomètre carré, le Canada



a plusieurs industries productrices de chocolat très réputées mondialement. La fabrication de chocolat et de confiseries chocolatées joue un rôle essentiel dans les revenus du pays.

Dans le secteur de fabrication de sucre et de confiserie, il existe trois classes au Canada. Fabrication de sucre, fabrication de confiserie non chocolatée et de chocolat et fabrication des confiseries chocolatées à partir des fèves de cacao. Pour ce dernier, il se divise encore en deux branches. L'un fabrique à partir de fèves de cacao et l'autre à partir du chocolat acheté.

Plusieurs établissements ont pour activités de décortiquer, de torrifier et de moulinier des fèves de cacao pour en fabriquer des produits de chocolaterie et des confiseries chocolatées. Les produits issus de cela sont des cacaos (instantané, mélange, poudre), des chocolats (enrobages, instantanés, liqueurs, sirops, de cuisson), confiseries chocolatées (barres ou tablettes, sirops), friandises chocolatées (enrobées de chocolat) et les noix enrobées de chocolat. Au Canada, des établissements fabriquent des confiseries à partir de chocolat acheté. Les produits issus des chocolats achetés peuvent être des barres « granolas » enrobées de chocolat, des boissons instantanées au chocolat ou à la poudre de cacao, des bonbons chocolatés, des chocolats (enrobages, liqueur, sirop, de cuisson), des confiseries chocolatées, des « fudges » au chocolat, des noix enrobées de chocolat ou des tablettes de chocolat.

Chaque année, plusieurs fêtes liées au chocolat se déroulent au Canada. D'une part, le salon passion chocolat qui un événement annuel créé dans le but d'établir une tradition chocolatière auprès des Québécois, les habitants du Québec sont des passionnés de chocolat de qualité. Cet événement est

l'occasion de mettre en valeur le talent et la passion des maîtres chocolatiers, confiseurs, pâtisseries, et autres créateurs de ce produit unique et noble. D'autre part, la fête du chocolat de Bromont au Canada est aussi très populaire dans le pays, tous les ans des dégustations, spectacles, activités culturelles, conférences, activités gastronomiques, animations se font au cœur du vieux village de Bromont au Canada.

Lors des jours de fête, le chocolat est le produit alimentaire le plus vendu au Canada. Plus précisément quelques jours avant Noël ou Pâques les produits chocolatiers sont parmi les produits les plus exportés au Canada.

L'Angleterre et le Chocolat

Bien connue pour ses scones et son heure du thé, l'Angleterre est aussi un des premiers pays européens à avoir possédé une plantation de cacao. Du 17ème siècle à nos jours, regard sur la place du chocolat sur l'île d'outre-manche.

Les guerres et les conquêtes de territoire ont constitué une opportunité pour l'Angleterre et lui ont apporté quelques plantations de cacao. En 1655, la conquête de la Jamaïque lui a permis par exemple de s'emparer de plusieurs centaines d'hectares de plantations. D'abord préparé sous forme de boisson, le chocolat séduit de plus en plus d'habitants anglais, mais reste destiné exclusivement à la classe sociale supérieure. Très vite, la réputation du cacao s'épand jusqu'à Londres où la première chocolaterie s'ouvre en 1657. Et progressivement, les « coffee houses » (établissements de thé anglais) se voient largement concurrencés par les « chocolate houses ». Puis, l'année 1674 voit apparaître les premières pastilles de chocolat (ancêtres du chocolat à croquer) en Angleterre. Depuis 1700, des innovations



techniques (notamment l'ajout d'autres ingrédients, la substitution de l'eau par d'autres solvants) ont permis à l'Angleterre de bien se placer sur le marché mondial du chocolat. En 1830, la première tablette de chocolat a été mise en vente par un chocolatier britannique.

Les Anglais sont à la sixième place au niveau mondial pour la consommation de chocolat. En fait, 46% des Anglais consomment du chocolat (barres, tablettes, boissons, fondants, produits dérivés) plusieurs fois par semaine, devant les Suisses à 45% et les Danois à 43%. Par ailleurs, une récente étude effectuée par un chocolatier révèle la recrudescence de la consommation du chocolat premium, dont les fèves de cacao proviennent exclusivement de la région britannique.

Tous les dérivés alimentaires de fèves de cacao passionnent et attirent les Britanniques. En effet, bonbons fourrés, bouchées fondantes, gâteaux chocolatés sont les produits de luxe des coffee shops, des boutiques et des restaurants anglais. L'association avec les grands crus et les meilleurs rhums est également une spécialité des chocolatiers britanniques. Toutefois, les tablettes ont moins de succès en Angleterre tandis que les boissons très sucrées à base de caramel (tel que le « Crumb ») sont plus appréciées. De leur côté, les épices telles que cardamome, gingembre et poivre rouge sont les additifs favoris des Britanniques.

L'Australie et le Chocolat

L'Australie est bien plus qu'un pays des kangourous. Au milieu des diables de tasmanie et en bordure des déserts, se cachent des grands consommateurs de chocolat de qualité.

L'Australie regorge de qualités inconnues. En effet, de

nombreuses entreprises de chocolat se sont implantées dans le pays pour répondre aux attentes des nombreux amateurs. L'Australie fait partie des plus grands producteurs de chocolat au monde avec le Brésil et la Thaïlande. Des grandes marques de chocolat comme Haigh ou Lindt exportent partout dans le monde à partir de ce territoire.

Melbourne, grande ville de la côte australienne, regorge de chocolatiers talentueux. Leur créativité et les qualités de leurs chocolats n'ont rien à envier à ceux en européens et ce pour le plus grand plaisir des touristes. De plus, les boutiques spécialisées en chocolat sont nombreuses. On peut par exemple citer Chokolait, Koko Black ou Lindt.

En Australie, le chocolat se décline autrement qu'en sucreries et dessert. Une sauce de viande traditionnelle par exemple est concoctée à base de poudre de cacao ou même de chocolat pour rendre la viande goûteuse. Il est aussi présent dans toutes leurs fêtes. Pendant la fête de Pâques, en autres, les australiens organisent de grandes fêtes dont de grandes chasses aux œufs en chocolat dans les parcs.

Les Australiens font partie des grands consommateurs mondiaux, mais ils n'entrent pas encore dans le top 10 des plus grands consommateurs de chocolat au monde. Ils aiment surtout les chocolats forts en goût, avec du piment, des poivres ou du gingembre. Tous les ans, à Noël et à la Saint-Valentin, les chocolats se vendent comme des petits pains en Australie.

Et notre petit pays...

La Belgique est associée au chocolat vu que notre pays occupe la cinquième place parmi les plus grands importateurs de fèves de cacao dans le monde.

CHOCOLAT

L'histoire de la Belgique et le chocolat remonte à une époque ancienne, au temps des Espagnols du XVI^e siècle qui ont introduit la fameuse fève de cacao dans ce pays. Meurisse fut le pionnier dans la fabrication du chocolat, puis en 1840 Berwaerts produit les toutes premières tablettes de chocolat. Et c'est en 1883 que sont nées les fameuses « Côte d'Or ». Beaucoup d'usines de fabrication de chocolat ont vu le jour et le pays comptait 50 chocolatiers en 1905. Les premiers bâtons de chocolat étaient produits par Callebaut à Wieze en 1911, et grâce aux inventions de Jean Neuhaus en 1912, la praline belge a vu le jour.

Récemment, en 2010, ce pays a participé à l'exposition universelle de Shangäi : 4 chocolatiers et 70 artisans du chocolat belge étaient présents à cet événement pour exposer la spécialité nationale de la Belgique qui est la praline.

La praline est la variété la plus connue des chocolats originaires de la Belgique. La fabrication de la praline est très diverse, ce qui explique la variation de sa composition. En France, elle est définie comme une amande ou une noisette grillée enrobée de sucre

tandis qu'en Belgique, elle est constituée de bonbon au chocolat fourré. Les ballotins qui sont des boîtes bien adaptées à la praline ont été créés pour garder leur goût et leur saveur.

Le chocolat constitue l'un des produits alimentaires exportés par la Belgique. Ce pays se distingue par la qualité de son chocolat, de ses artisans chocolatiers et de ses marques de renommée internationale. La notoriété de la Belgique en ce qui concerne le chocolat repose sur des critères bien distincts. En premier lieu, bon nombre des chocolatiers belges utilisent des fèves de cacao de très bonne qualité. Ensuite, une bonne torréfaction et un broyage soigné assurent une qualité inégalée de chocolats. La Belgique est aussi connue pour ses chocolats qui ont un taux de cacao de 43% alors que d'habitude, ce taux est seulement de 35%. Avec le logo « AMBAO », le pays offre aux consommateurs du chocolat constitué essentiellement de cacao à 100% et sans ajout de matières grasses végétales. Ce logo est un label et une marque déposée par l'État belge et qui garantit la qualité du chocolat.

Sources : *futurasciences, callebaut, chococlic*

Les Ets Denis, votre distributeur La Rose Noire

Qualité exceptionnelle
Desserts et fonds de tarte premium
100% fait main



LA ROSE NOIRE
Gérard Dubois



Demandez notre catalogue



Ets DENIS sa
PAE Rue de la Pierre Bleue, 1
B-5880 ROCHEFORT
Tél. 00 32 (0)84 21 12 43
Fax 00 32 (0)84 21 12 38
www.etsdenis.be
info@etsdenis.be

Ets DENIS sa
Quai Vercour, 121
B-4000 LIEGE
Tél. 00 32 (0)4 252 28 18
Fax 00 32 (0)4 254 10 89
canamal@etsdenis.be

DENISLUX sarl
Rue Dr. Elvire Engel, 4
L-8346 GRASS - STEINFORT
Tél. 00 352 39 94 65
Fax 00 352 39 94 68
info@denislux.lu



Informations

sur l'étiquetage du chocolat

La Fédération vous soutient dans tous les domaines et ce soutien est favorisé par le contact constructif entre le président, Albert Denoncin et l'expert de la direction générale des contrôles.

Monsieur Denoncin a posé cette question : Lors des inspections, le secteur rencontre des soucis concernant les allergènes, l'étiquetage de produits contenant du chocolat.

Pouvez-vous, Madame L'Expert de la Direction Générale de Contrôle, repréciser la législation en la matière ?

Voici la réponse concernant l'étiquetage du chocolat :

En relation avec la question ci-dessous, nos collègues du SPF Economie confirment que les ingrédients du chocolat doivent être indiqués, sur la base de « l'annexe VII, partie E - indication des ingrédients composés » de règlement 1169 / 2011, **sauf si le chocolat constitue moins de 2% de le produit final.**

Les allergènes tels que le lait doivent toujours être clairement indiqués (même avec moins de 2% de chocolat).

Plus d'informations peuvent être trouvées sur le site du SPF Santé Publique :

Liste des ingrédients (art. 18 et annexe VII)

Cette liste répertorie tous les ingrédients présents dans un aliment (quelle que soit leur quantité). Ils doivent être mentionnés avec leur nom spécifique, dans l'ordre décroissant de leur importance pondérale au moment de la fabrication.

Les constituants des ingrédients composés doivent également être détaillés, sauf dans les cas suivants :

- **les ingrédients composés constituant moins de 2 % du produit fini et dont la composition est définie par une réglementation européenne en vigueur (produits de cacao et de chocolat, jus de fruits par exemple) ;**
- les ingrédients composés pour lesquels une liste d'ingrédients n'est pas obligatoire;
- les mélanges d'épices et/ou de plantes aromatiques constituant moins de 2 % du produit fini.

Alors dans les cas suivants :

- chocolat < 2% du produit fini: il suffit de mentionner le chocolat comme ingrédient
- chocolat > 2% du produit fini : il faut mentionner les constituants du chocolat en détail

Attention : les allergènes, tels que le lait, doivent toujours être clairement indiqués (même avec moins de 2% de chocolat).



Et si je n'imprime

plus rien ?



Extraits, fiches, fisc ...

Les documents papier sont en voie de disparition dans un monde de plus en plus digitalisé. Ce n'est pas sans conséquences ...

Combien de fois ne recevons nous pas cette information, vos documents bancaires ou vos factures sont les dernières que vous recevrez par courrier. Nous tendons progressivement vers une utilisation généralisée des canaux digitaux. «Nous vous enverrons vos factures ainsi que les informations sur votre contrat, etc par voie électronique à cette adresse e-mail... » Qui n'a pas reçu une communication de ce type de son fournisseur d'énergie ou de sa banque ? Les employeurs, eux, n'envoient plus les fiches de paie que par voie électronique... Du ticket de caisse aux extraits de compte, les documents sont de plus en plus dématérialisés. Alors, que risque-t-on si on ne les imprime plus ?

EXTRAITS DE COMPTE

- **Constat.** De grandes banques comme ING ou BNP Paribas Fortis, etc. ont retiré les imprimantes à extraits de compte de leurs espaces selfbank. La pression est grande pour passer au tout numérique, à moins de payer chèrement l'envoi de ses extraits à la maison. Plusieurs banques ne donnent accès à vos extraits de compte en ligne que durant 18 ou 24 mois. Et une demande de duplicata d'un extrait coûte de 6 à 25 euros !
- **Risque.** Un créancier peut vous réclamer le capital d'un crédit durant 10 années. Exemple parmi d'autres : un avocat peut demander le paiement de ses honoraires durant 5 ans. C'est durant ce même délai de 5 années qu'un propriétaire peut prétendre au paiement d'un loyer impayé. Les décomptes périodiques de gaz, eau, électricité et télécommunications peuvent vous être réclamés sur un délai de 5 ans.
- **Conseil.** Il faut garder ses extraits de compte durant 10 ans (prescription de certaines dettes fiscales) et même davantage pour les paiements de travaux effectués dans votre habitation. Qui sait si l'urbanisme ne va pas revenir vers vous ? Le paiement des pensions alimentaires et de certaines transactions financières importantes (comme des dons d'argent au sein de la famille) seront gardées pour la « force de la preuve », même durant 20 ans si besoin.

TICKET ET FACTURES...

- **Constat.** Une garantie légale de 2 ans minimum à compter de la délivrance du bien s'applique à tous les objets mobiliers corporels tels que voitures, réfrigérateurs, meubles, etc. Notons aussi que de plus en plus de commerces vous envoient le ticket par email.
- **Risque.** Si vous n'avez pas gardé le ticket de caisse ou la facture d'un bien, vous aurez bien du mal à faire valoir vos droits en matière de garantie. Si vous acceptez les envois digitaux, attention à votre vie privée (achat privé dont le prix peut être relevé par le fisc).
- **Conseil.** Pour tous vos achats de type électroménager, conservez bien vos tickets durant deux ans. Comme énoncé plus haut, ne jetez jamais vos factures pour des travaux effectués dans votre habitation.

DOCUMENTS FISCAUX

- **Constat.** Frais professionnels, fiches de salaire ou de pension, emprunts, pensions alimentaires... Le délai de contrôle pour le fisc de tous ces documents est en principe de 3 ans, mais de 7ans en cas d'indices de fraude. Ce délai légal peut encore être prolongé de plusieurs mois dès la date d'introduction d'une réclamation.
- **Risque.** Celui de courir de gauche et à droite pour rassembler toutes les preuves demandées. Avec le danger de ne plus pouvoir les fournir.



- **Conseil.** Conservez au minimum durant 7 ans tous les documents nécessaires pour remplir votre déclaration d'impôt. Et si l'administration fiscale conserve déjà une kyrielle de documents comme les avertissements extrait de rôle, les documents TVA et autres fiches fiscales (accessibles via MyMinfin ou MyBox), il serait bon de les garder malgré tout chez vous. Voir à ce sujet l'encadré « Comment conserver ses documents ».

FICHES DE PAIE

- **Constat.** Vous ne recevez plus que des fiches par voie électronique ? Attention, ce passage au digital ne peut pas se faire de la seule volonté de l'employeur. Pour pouvoir émettre des fiches de paie électroniques au lieu des fiches de paie papier, il devra obtenir un accord de ses travailleurs et modifier son règlement de travail en conséquence. Les employeurs ont par ailleurs l'obligation légale d'archiver les fiches salariales pour une durée de 5 ans. L'archivage ne peut être effectué qu'auprès d'un organisme agréé et dans le respect de la législation sur la vie privée.
- **Risque.** Un travailleur devrait pouvoir rendre ses fiches salariales opposables devant les tribunaux, par exemple dans un litige fiscal, ou même dans le cadre d'une séparation pour déterminer les revenus des ex-conjoints.
- **Conseil.** Conservez les fiches mensuelles au minimum durant 7 années. Et, surtout, conservez les fiches annuelles récapitulatives de rémunération

jusqu'à l'âge de la... pension. Imaginez si une erreur devait se produire dans le calcul de la pension, les fiches annuelles seront des preuves pertinentes.

ASSURANCES

- **Constat.** Il faut évidemment conserver ses documents (spécialement les conditions particulières) aussi longtemps que vous êtes couvert par une assurance ou qu'une procédure d'indemnisation est lancée. Vous pouvez faire jouer votre assurance « responsabilité civile » 3 ans après la fin du contrat, bien entendu si le sinistre s'est produit lorsque vous étiez couvert. Une victime peut en outre se retourner contre vous sur une période de 10 ans.
- **Risque.** D'oublier pour quelle(s) couverture(s) vous étiez assuré à l'époque.
- **Notre conseil.** Il est plus que raisonnable de conserver vos documents d'assurances durant 10 ans et même au-delà lorsque vous avez changé de contrat ou de compagnie. Pour les assurances vie, il faut les garder jusqu'au... décès.

COMMENT CONSERVER SES DOCUMENTS ?

Version papier ou électronique ?

Que ce soit pour un extrait de compte, un document officiel ou une facture, les deux versions ont la même valeur juridique. Des applications permettent ainsi de conserver en toute légalité vos documents en les scannant depuis un smartphone ou en quelques clics depuis un ordinateur. Vous pouvez les enregistrer dans le cloud (l'informatique dans les nuages). La digitalisation des documents peut être un mode d'archivage adéquat, à condition de prendre toutes les mesures pour pérenniser ses documents importants (back-up informatique, etc.). Et attention aux avancées technologiques ! Ces documents gardés sur des disques durs aujourd'hui seront-ils encore lisibles demain ? L'hébergeur de vos documents électroniques existera-t-il encore dans 10 ans ? Alors, quitte à être vieux jeu et écologiquement incorrect, l'idéal serait de doubler son archivage avec des copies papier dans de bons vieux classeurs à intercalaires. En ce sens, on n'a encore rien inventé de plus efficace. Et puis, avec le papier, tout paraît plus clair : comme ces frais bancaires passés que vous n'aviez pas remarqués ou encore cette erreur sur une fiche de paie ou toute autre erreur jusque-là ignorée.

● G. Xhaufflaire

Le Moniteur

Moniteur de la Fédération Francophone de
la Boulangerie - Pâtisserie - Confiserie - Chocolaterie - Glaceries

**Vous avez une idée d'article
pour le Moniteur ?**

**Une information insolite, utile,
une expérience à partager ?**

Merci de contacter

**Florence de Thier au 0485 164 936
ou sur florence@2thier.com**

BON À SAVOIR

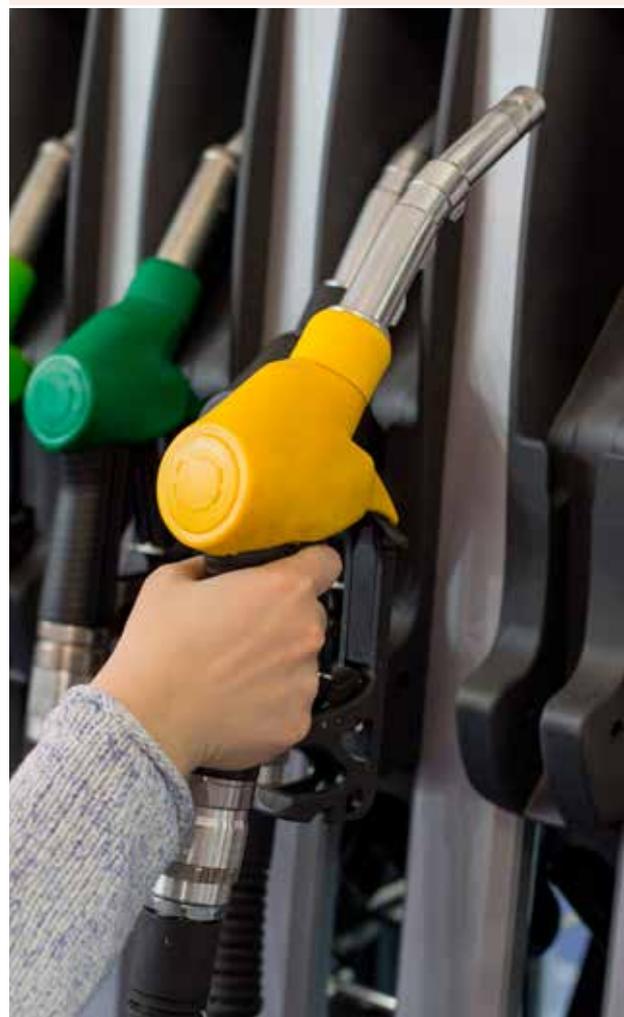
Covid...

Faites attention au pistolet d'essence

Savez-vous que l'objet le plus sale susceptible de porter les germes et virus les plus dangereux est le pistolet de la pompe de la station-service?

Bien plus sale que les toilettes, les écrans, les claviers etc., car ils ne sont jamais nettoyés ou très rarement !!! Utilisés par on ne sait qui après avoir fait on ne sait quoi. Désormais pensez bien à mettre un gant ou à protéger vos mains avec un chiffon ou papier et aussi vous les nettoyer au gel avant de reprendre le volant.

Il est surprenant qu'aucune sensibilisation ne soit lancée à ce sujet...



Beco®

ATELIERS HYGIÉNIQUES

Installations neuves - Rénovation

Murs - Plafonds - Portes - Plinthes de Protection
Fournis et/ou Placés



PANELCO sprl

Tél. 055/38.51.33 • Fax 055/38.51.34 • info@becopanel.be

www.becopanel.be



MICHELIN FESTIFOOD 2021

MONS

10 – 11 – 12 SEPTEMBRE

EXPOSANT | 35.000 VISITEURS



Vendez vos produits pendant 3 jours avec un stand sur notre événement



Partagez, dégustez et découvrez une vraie expérience MICHELIN

- ❖ 20 restaurants pop-up du **Guide MICHELIN** (restaurants Etoilés, Bib Gourmand et Assiettes)
- ❖ Des partenaires **gastronomiques** régionaux impliqués
- ❖ Un marché alimentaire avec **des produits et des producteurs nationaux et locaux**
- ❖ Garderie et espace **éducatif** pour les enfants de 1 à 12 ans
 - ❖ Espace **VIP**
 - ❖ **Concerts et animations**



EXPOSANT

CONTENU :

50 entrées

1 stand* sur l'événement

* Vous fournissez votre propre stand et équipement, ainsi l'accordement d'électricité.

NOMBRE DE STANDS :

250 € par stand (HTVA/ ex. BTW) X = €

Société

Nom du contact

Adresse postale

.....

Adresse mail

N° de GSM

N° TVA

Produits

Merci de bien vouloir retourner ce formulaire, par mail ou par la poste à l'adresse suivante :

jean-noel.delaunois@michelin.com | sven.willemys@michelin.com



Les vertus de l'amande

Les amandes possèdent de multiples vertus santé. C'est une chance pour les boulangers-pâtisseries vu le nombre de recettes à base d'amandes surtout en cette période.

ELLES CONTIENNENT DU MAGNÉSIUM

Les amandes contiennent une grande quantité de magnésium. Une grosse poignée d'amandes couvre ainsi un quart des besoins recommandés. Le magnésium permet de limiter les spasmes musculaires comme les crampes et de diminuer le stress.

ELLE SOUTIENNENT LE FOIE

Les amandes luttent contre les surcharges graisseuses qui peuvent encombrer le foie grâce notamment à leur teneur en Oméga-3. Ces derniers stabilisent le rapport entre bon cholestérol et cholestérol total, et empêchent ainsi au mauvais cholestérol de s'installer.

ELLES PRÉVIENDRAIENT CERTAINS CANCERS

Les amandes sont riches en antioxydants. Les antioxydants permettent de lutter efficacement contre le vieillissement des cellules et l'apparition de certains cancers, notamment celui du côlon. En outre, elles sont riches en fibres, ce qui facilite une bonne digestion.

ELLES PROTÈGENT LE CERVEAU

Les amandes sont riches en minéraux et en oligoéléments, notamment le zinc qui a des effets protecteurs sur le cerveau. Elles contiennent également de la vitamine E en grande quantité, ce qui permettrait de prévenir le déclin cognitif. Leur consommation est donc en particulier recommandée chez les seniors.

ELLES LUTTENT CONTRE LE DIABÈTE

Les amandes ont un faible index glycémique, elles permettent donc de prévenir les crises d'hypoglycémie et certaines maladies chroniques comme le diabète. Elles aident à contrôler la sécrétion de l'insuline et sont donc les alliées des diabétiques de type 2.

ELLES SONT RASSASIANTES

Les amandes sont recommandées lors d'un régime car elles sont rassasiantes en raison de leur forte teneur en protéines (environ 20g pour 100g). Elles constituent donc un en-cas de qualité qui permet de ne pas avoir faim jusqu'au prochain repas.





ELLES SONT BONNES POUR LE COEUR

Une hypercholestérolémie peut entraîner des troubles cardiaques car le « mauvais » cholestérol se dépose dans les artères et risque de les boucher. Selon des données épidémiologiques, une consommation quotidienne de 30g d'amandes réduirait le risque de maladies cardio-vasculaires de 45%.

ELLES RENDENT LA PEAU PLUS BELLE

Les amandes permettent d'avoir une peau plus belle et plus éclatante, grâce à leur teneur en vitamine E, en antioxydants et en oméga-3, qui lui confèrent des vertus hydratantes et réparatrices sur la barrière cutanée.

ELLES LUTTENT CONTRE LA CONSTIPATION

L'amande est riche en fibres. Les fibres alimentaires sont des laxatifs naturels et permettent une bonne hydratation, ce qui stimule le transit et lutte contre la constipation passagère. Son efficacité est renforcée en association avec des pruneaux.

ELLES PERMETTENT DE GARDER LE MORAL

Les amandes contiennent des oligo-éléments, notamment du magnésium et du cuivre, réputés pour lutter contre la fatigue et les infections et favorisant la bonne humeur. Une poignée d'amandes au goûter ou en dessert est donc tout indiquée pour lutter contre l'anxiété et la déprime.

Sources : passeportsanté.net , syllabus nutrition et santé ULG

NE SOYEZ PAS UNE **CARPETTE**
OPTEZ POUR **DEWECO**

DEWECO SOLS | Votre expert en sols synthétiques industriels

DEWECO

B-Kontich | +32 3 455 56 36
info@deweco.be | deweco.be



Vitamine D

protectrice du coronavirus, d'après les dernières études

Grisaille et confinement compliquent les choses pour garder le moral en ce moment. Faire le plein de vitamine D est une bonne astuce, surtout qu'elle stimule le système immunitaire et réduirait les complications de l'infection Covid-19. Aliments, ampoule, fruits... Où la trouver ?

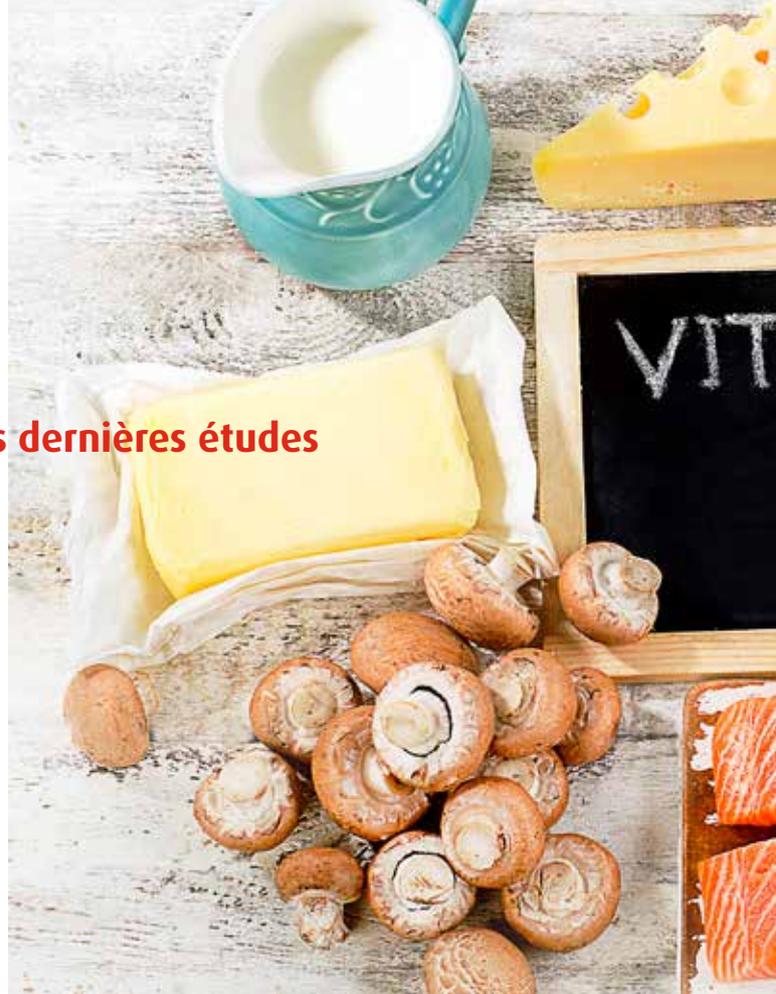
La vitamine D est essentielle au bon fonctionnement de notre organisme. Durant les mois d'hiver (et plus encore avec le confinement), lorsque sa synthèse est naturellement réduite en raison du raccourcissement des jours, du moindre rayonnement du soleil et de l'exposition plus faible de la peau, les infections aiguës des voies respiratoires inférieures sont plus fréquentes, aussi bien chez les adultes que chez les enfants. «On pense que la vitamine D joue un rôle important dans la régulation du système immunitaire, et peut potentiellement protéger des infections. Sa supplémentation pourrait réduire l'incidence et les effets délétères de ces affections» estime l'OMS. Une étude publiée le 27 octobre 2020 dans le Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism a montré que les patients hospitalisés à cause d'une infection Covid-19 étaient plus souvent carencés en vitamine D.

LA VITAMINE D, EN BREF

La vitamine D est un groupe de molécules liposolubles qui sont des micronutriments importants pour la santé. La vitamine D2 tout comme la vitamine D3 peuvent être apportées par l'alimentation.

LES BIENFAITS DE LA VITAMINE D

La vitamine D joue un rôle essentiel dans la structure osseuse ; elle permet de lutter contre la déminéralisation et l'ostéoporose. En effet, la vitamine D est impliquée dans le fonctionnement du métabolisme osseux. Elle favorise l'absorption intestinale du calcium et du phosphore. Par son action, elle participe à la consolidation des os, à la bonne minéralisation des dents et au renforcement musculaire. La vitamine D3 (cholécalférol) est la principale forme de vitamine D chez l'homme : elle représente 80 à 90% des apports en vitamine D (à



laquelle elle est souvent assimilée). L'autre forme de la vitamine D est la vitamine D2 (ergocalciférol).

La vitamine contribue également au bon fonctionnement du système immunitaire.

VITAMINE D ET CORONAVIRUS

Une étude espagnole publiée le 27 octobre 2020 dans le Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism montre que parmi 216 personnes hospitalisées à cause du Covid-19, 82% présentent un déficit en vitamine D. Selon les chercheurs, la meilleure approche devrait être d'identifier et traiter les carences en vitamine D, en particulier chez les personnes à haut risque telles que les personnes âgées, les patients présentant des comorbidités, et les résidents des maisons de retraite. Ils n'ont pas trouvé de relation entre les concentrations de vitamine D ou une carence en vitamine et la gravité de la maladie, y compris la mortalité, mais estiment que de grands essais contrôlés randomisés seront nécessaires pour définir précisément le rôle de la supplémentation en vitamine D dans les futures vagues de Sars-CoV-2. En avril, lors de la première vague épidémique, une étude préliminaire publiée sur medrxiv a montré que les personnes carencées en vitamine D auraient 15% de risque supplémentaire de développer une forme sévère de la maladie Covid-19 et deux fois plus de risques de décès que les personnes qui ne sont pas carencées. Selon les auteurs, la vitamine D réduirait la gravité du COVID-19 en supprimant la tempête de cytokines (responsables du processus inflammatoire) chez les patients COVID-19.



EXPOSEZ-VOUS AU SOLEIL

La vitamine D possède une double origine : elle est apportée par l'alimentation (production exogène) et synthétisée par l'organisme (production endogène) au niveau de la peau sous l'action des rayons solaires ou ultraviolets.

La synthèse de vitamine D liée à l'exposition au soleil se trouve limitée pendant l'hiver et surtout pendant le confinement. Il est possible de s'exposer au soleil depuis votre fenêtre ouverte.

L'Académie de médecine recommande de s'exposer au soleil au minimum 15 à 20 minutes par jour pour couvrir ses besoins quotidiens. Une exposition des mains, des avant-bras et du visage assure l'apport journalier en vitamine D.

Le moment le plus propice de la journée pour l'absorption des rayons UV est entre 11h et 14h.

Le soleil reste donc la principale source de vitamine D.

VITAMINE D : DANS QUELS ALIMENTS

La vitamine D est naturellement présente dans de nombreux poissons gras, fruits de mer et abats : hareng, truite, saumon, sardine, huître, thon, flétan, foie de veau, perche, tilapia, foie de boeuf... Mais vous pouvez en trouver également, en plus petite quantité, dans certains fromages comme le gouda ou l'emmental, les champignons comme les cèpes, les

morilles ou les champignons de Paris (cuits), mais aussi dans le beurre, le lait de vache, le chocolat noir et les avocats.

Il est important de varier et d'équilibrer notre alimentation tout au long de l'année et de consommer régulièrement ces aliments pour couvrir ses besoins journaliers en vitamine D. Le bon repère : consommer deux portions de poissons par semaine, dont une portion de poisson gras. Préférez idéalement le poisson frais, mais si cela n'est pas possible, misez sur les conserves de sardines, harengs, maquereaux au naturel.

COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES

Parfois, il est nécessaire de prendre un supplément en vitamine D. **Mais avant de vous lancer, demandez toujours l'avis d'un médecin.**

Le recours aux compléments alimentaires contenant de la vitamine D peut exposer à des apports trop élevés, ce qui peut provoquer une hypercalcémie - taux élevé de calcium dans la circulation sanguine - entraînant la calcification de certains tissus, et ainsi avoir des conséquences cardiologiques et rénales. Une telle supplémentation doit se faire sur indication diététique ou médicale.

CARENCE EN VITAMINE D : SIGNES, RISQUES...

Une carence en vitamine D peut entraîner

- Une perte osseuse (liée à une anomalie du développement de l'os) et une augmentation de sa fragilité à l'origine d'un rachitisme et de fractures. Cette diminution de la masse osseuse favorise le risque de fracture. Ce risque est particulièrement élevé lorsque la pratique physique est réduite ou inexistante.
- Des douleurs et une faiblesse musculaire peuvent provoquer des chutes chez les personnes âgées.
- Une carence en vitamine D peut également entraîner un état de fatigue.

Le risque de carence en vitamine D est plus élevé chez certaines personnes :

- les personnes âgées
- les personnes à la peau mate ou foncée, pour qui la synthèse de la vitamine D via l'exposition au soleil est moins efficace,
- les femmes ménopausées, dont le bouleversement hormonal peut entraîner une déminéralisation osseuse, ce qui accroît le risque de fracture.

Sources : 7 sur 7, journal des femmes, futurasciences

Quelques phrases philosophiques

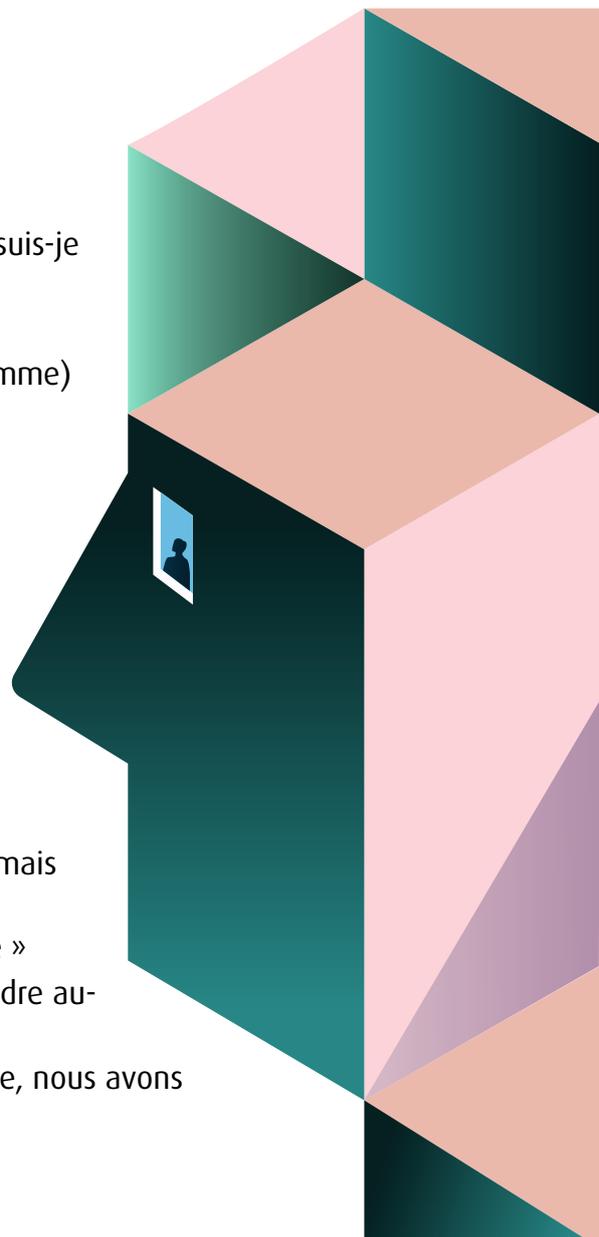
que l'on devrait tous connaître

Même si l'on ne peut pas résumer l'histoire de la philosophie avec des citations et des phrases célèbres, il reste que certaines pensées philosophiques doivent être connues, non seulement pour la culture générale mais pour la réflexion qu'elles peuvent induire.

Et en ce temps de crise, il est toujours bon de se replonger dans des pensées de grands philosophes.

Par exemple, la 3^e a une résonance toute particulière pour le moment vu que bon nombre de gens véhiculent des théories, parfois absurdes, sur le covid qu'ils nous poussent à croire.

1. **Descartes** : « Je pense, donc je suis »
2. **Socrate** : « Connais-toi toi-même »
3. **Socrate** : « Ce que je sais, c'est que je ne sais rien »
4. **Kant** : « Il faut apprendre à philosopher, et non pas la philosophie »
5. **Kant** : « Que puis-je connaître? – Que dois-je faire? – Que suis-je permis d'espérer? »
6. **Kant** : « Pense par toi-même »
7. **Nietzsche** : « Deviens ce que tu es » (explication du surhomme)
Ainsi Parlait Zarathoustra
8. **Nietzsche** : « Dieu est mort »
9. **Nietzsche** : « L'homme est un pont, non une fin »
10. **Platon** : « C'est la vraie marque d'un philosophe que le sentiment d'émerveillement »
11. **Platon** : « Nul n'est méchant volontairement »
12. **Platon** : « L'homme est la mesure de toute chose »
13. **Aristote** : « L'homme est un animal politique »
14. **Aristote** : « Le bonheur est une fin en soi »
15. **Voltaire** : « Si Dieu n'existait pas, il faudrait l'inventer »
16. **Kierkegaard** : « La vie n'est pas un problème à résoudre mais une réalité qui doit être vécue »
17. **Spinoza** : « L'homme n'est pas un empire dans un empire »
18. **Locke** : « La connaissance de l'homme ne peut pas s'étendre au-delà de son expérience propre »
19. **Marx** : « Les philosophes n'ont fait qu'interpréter le monde, nous avons maintenant à le transformer »
20. **Hobbes** : « L'homme est un loup pour l'homme »
21. **Épicure** : « La mort n'est rien pour nous »





22. **Epicure** : « Si tu n'es pas Socrate, tu dois vivre comme si tu voulais être Socrate »
23. **Hume** : « L'égo est une fiction »
24. **Hegel** : « Rien de grand ne s'est fait dans le monde sans passion »
25. **Sartre** : « L'homme est condamné à être libre »
26. **Pascal** : « L'homme n'est qu'un roseau, le plus faible des roseaux, mais c'est un roseau pensant »
27. **Pascal** : « Le cœur a ses raisons que la raison ignore »
28. **Leibniz** : « Pourquoi y a-t-il quelque chose plutôt que rien? »
29. **Montesquieu** : « La liberté est le droit de faire tout ce que les lois permettent »
30. **Machiavel** : « Tout n'est pas politique, mais la politique s'intéresse à tout »
31. **Husserl** : « Toute conscience est conscience de quelque chose »
32. **Tocqueville** : « Les peuples veulent l'égalité dans la liberté et, s'ils ne peuvent l'obtenir, ils la veulent encore dans l'esclavage »



33. **Schopenhauer** : « L'homme est un animal métaphysique »
34. **Schopenhauer** : « La vie oscille, tel un pendule, de l'ennui à la souffrance »
35. **Epictète** : « N'attends pas que les événements arrivent comme tu le souhaites ; décide de vouloir ce qui arrive et tu seras heureux »
36. **Voltaire** : « Le travail éloigne de nous trois grands maux : l'ennui, le vice et le besoin »
37. **De Beauvoir** : « On ne naît pas femme, on le devient »
38. **Fichte** : « L'homme (ainsi que tous les êtres finis en général) ne devient homme que parmi les hommes »
39. **Rabelais** : « Science sans conscience n'est que ruine de l'âme »
40. **Alain** : « L'effort qu'on fait pour être heureux n'est jamais perdu »
41. **Mauriac** : « Notre vie vaut ce qu'elle nous a coûté d'efforts »
42. **Camus** : « Le sens de la vie supprimé, il reste encore la vie »
43. **Goethe** : « Une vie inutile est une mort anticipée »
44. **Sénèque** : « Hâte-toi de bien vivre et songe que chaque jour est à lui seul une vie »
45. **Rousseau** : « L'homme qui a le plus vécu n'est pas celui qui a compté le plus d'années, mais celui qui a le plus senti la vie »

Le pain chez l'enfant

Bien conseiller vos clients est un atout qui crée une autre de vos plus-values. Beaucoup de parents s'interrogent sur l'apport du pain dans les repas de leurs enfants. C'est pourquoi cet article du pédiatre Arnault Pfersdorff est intéressant. Il permet d'y trouver de bons arguments.

LE PAIN À L'HONNEUR

Mis à l'index au milieu des années soixante-dix, le pain est de nouveau à l'honneur, paré de nombreuses vertus, diététiques mais aussi gastronomiques. C'est l'histoire de ce retour du pain sur la table qui a été retracée lors d'une conférence consacrée au « pain dans tous ses états ».

Après la guerre, tout le monde voulait manger du pain blanc par réaction au pain noir. Le blanc était synonyme de pureté et de richesse. On en arrivait même à blanchir artificiellement le pain avec de l'acide ascorbique. Mais à force de le purifier, ce pain a perdu toute saveur et sa consommation s'est banalisée : dans les années soixante, le pain est encore présent sur la table, mais sans être valorisé. C'est à cette époque que le pain est accusé de « faire grossir », à la suite de nombreux discours médicaux relayés par la presse grand public. Les gens achètent moins de pain, un certain nombre de boulangeries ferment, concurrencées par celles des grandes et moyennes surfaces.

CULTIVER LA DIFFÉRENCE

Après cette période de désaffection, les consommateurs vont recommencer progressivement à manger du pain, mais autrement. Ce retour à la consommation du pain peut être divisé en six séquences.

Premier temps, dans les années 1975-1980, les bénéfices du pain sur le transit intestinal et par conséquent sur la santé sont reconnus et valorisés, grâce à de nombreux articles scientifiques.

Dès 1985, c'est le retour des sucres lents. Le pain et les pommes de terre bénéficient de ce changement de cap diététique et sont également réhabilités par ce biais.

A partir de 1990, la tendance est à la diversification. Bon nombre de boulangers de quartier multiplient les variétés de pain, utilisant des farines ou des céréales différentes ou ajoutant des substances diverses : c'est ainsi que sont proposés des pains aux noix, au sésame, etc. Pour changer de vie, changez de pain » est le mot

d'ordre qui doit séduire tous les types de clientèle.

Puis la période 1990-1995 voit apparaître dans tous les discours alimentaires le culte du goût et du plaisir, et en particulier le désir de se faire plaisir en mangeant du pain. Avec l'apparition du pain « plaisir », c'est le retour du pain « aliment », alors que celui-ci n'était devenu qu'un support nutritionnel.

Parallèlement, en 1992, l'émergence d'une tendance végétarienne assez forte chez le consommateur fait que le « végétal » est de plus en plus valorisé. Le pain, issu des céréales, a la cote.

APRÈS LE PAIN NOIR, LE PAIN BLANC, PUIS LE PAIN BIO...

Sixième tendance dominante, observée actuellement, dans la lignée de la précédente, le souci du consommateur de manger des aliments sains. Cela explique la recherche de pains « bio » faits à partir de farine et de blé sans pesticides, dont on souhaite connaître la provenance. Les boulangers valorisent ainsi le fait que chaque pain a une histoire, s'identifie à un terroir et renvoie le citadin à une identité régionale symbolique très forte. D'où le succès de ces pains cuits « à l'ancienne ». Pour faire ce type de pain, il faut d'ailleurs utiliser des farines bio ou tout au moins faites avec le germe de blé – pour pouvoir profiter de la matière grasse du germe – ainsi que les arômes du levain et idéalement ceux du jeu de bois.

Actuellement, la variété est telle que chacun doit pouvoir trouver le pain de son choix, le meilleur pain étant toujours celui qu'on aime...

ET CHEZ LES ENFANTS

Théoriquement, le pain ne doit pas être introduit dans l'alimentation de l'enfant avant 7 mois révolus, et dans tous les cas son introduction est « à adapter en fonction des capacités de mastication et de déglutition





et de la tolérance digestive » des tout-petits. Cependant, désormais, cela peut se concevoir dès 6 mois pour certains pédiatres.

Comparé aux confiseries, gâteaux industriels, quatre-heure en tous genres parés de tous les attraits de la gourmandise mais coupables de tant de kilos superflus dès le plus jeune âge, le pain, apparaît comme l'enfant sage de la catégorie des en-cas plus ou moins indispensables qui jalonnent notre journée. Au point que certains n'hésitent pas à affirmer : « Avec le pain, le grignotage n'est plus un ennemi ».

Aliment simple, le pain est un complément essentiel pour compléter l'apport nutritionnel des repas. Ses principaux atouts : pauvre en lipides, il est une bonne source de glucides (pour alimenter les organes en énergie, et surtout le cerveau), de protéines végétales, de fibres, de vitamines, de calcium, magnésium, zinc et fer. La totale, quoi !

Si sa consommation régulière permet d'éviter bien des carences, elle doit tenir une place quotidienne dans l'alimentation des enfants, tant sur le plan nutritionnel que culturel : il est prouvé que ceux qui consomment du pain au petit-déjeuner ne connaissent pas le « coup de pompe » de 11h !

Sans oublier que, dans l'alimentation des enfants obèses, le pain est un facteur rééquilibrant.

Et tout ça parce que, lui, ne joue pas la carte du gras et du sucré. Tartiné de miel ou de confiture au petit-déjeuner, de fromage à midi, marié avec une barre de chocolat ou transformé en croûtons dorés pour flotter en îlots croustillants sur la soupe du soir, il n'a pas son pareil pour calmer l'estomac des tout-petits.

Accordant une large place au trio à la mode -fibres, vitamines, sels minéraux- dont tous les ouvrages de diététique infantile nous vantent les bienfaits, le pain complète la carte de ses atouts avec ce qu'il faut de protéines végétales, de glucides complexes (les fameux sucres lents), fournissant ainsi le carburant dont le moteur de nos petits a besoin.

Contrairement aux idées reçues, c'est l'absence de pain sur la table qui pèse lourd dans la balance. Donner une tartine beurrée à son bébé au petit déjeuner est salubre pour lui . Alors, ne l'en privez pas.

Source : Arnault Pfersdorff

Le Moniteur

Moniteur de la Fédération Francophone de
la Boulangerie - Pâtisserie - Confiserie - Chocolaterie - Glaceries

*Le Moniteur des Boulangers, c'est de l'information destinée à tous les
Boulangers-Pâtisseries-Chocolatiers*

de la région francophone et de la communauté germanophone de Belgique.

*Informations sur le métier, informations économiques, fiscales, sociales, alimentaires,
hygiène, santé, formation, événements, etc.*

Nous résumons les contenus les plus importants afin de faire gagner à tous du temps et de l'argent.

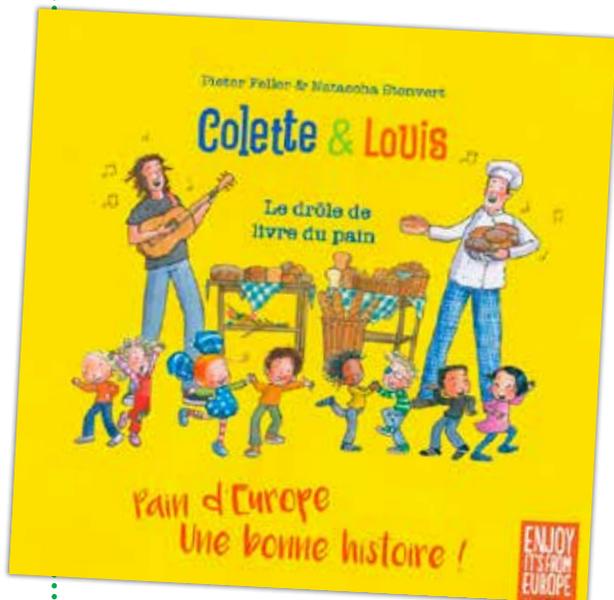
**La Fédération c'est aussi un site web très complet où les membres pourront avoir accès
au Moniteur sous forme numérique.**

www.ffrboulpat.be

**et une page facebook (Fédération francophone-boulangerie-pâtisserie-)
que nous vous demandons de liker et partager**

Colette & Louis

et le drôle de livre du pain



Dans le cadre de notre campagne européenne « Le pain, une bonne histoire », l'auteur néerlandais de livres pour enfants Pieter Feller et l'illustratrice Natscha Stenvert ont réalisé une édition spéciale des aventures de Kolletje & Dirk, avec notamment l'e-book « Het knotsgekke Broodboek ».

Ce livre est également disponible en français. Le « drôle de livre du pain » regroupe trois jolies histoires, dans lesquelles Colette & Louis découvrent, entre autres, l'univers d'une boulangerie.

A travers cette campagne, nous dévoilons combien le pain est sain, savoureux et varié. Et avec Le drôle de livre du pain de Colette & Louis, c'est encore plus amusant de raconter cette histoire à vos enfants !

Un peu de magie ?

Colette porte toujours ses chaussettes magiques rouges et blanches. Lorsqu'elle dit son nom « Catharina Orselia Laetitia », il se produit des choses incroyables. Avec son copain Louis, elle vit toutes sortes d'aventures et découvre pourquoi le pain est une si belle histoire.

Lors d'un pique-nique dans le parc, la nappe de pique-nique se met soudain à bouger. Comment est-ce possible ?

Chez le boulanger, Colette et Louis chantent une chouette chanson du boulanger et ils participent au petit-déjeuner du quartier. Le clochard qui passe par là, peut-il manger avec eux ?

Le drôle de livre du pain regroupe 3 jolies histoires.

Le drôle de livre du pain, dans lequel Colette et Louis découvrent l'univers d'une boulangerie, est disponible gratuitement sur www.painetsante.be/livre-pour-enfants

● Institut Pain et Santé asbl



Le contenu de cette campagne de promotion reflète uniquement la position de l'auteur et relève de sa seule responsabilité. La Commission européenne et l'Agence exécutive pour les consommateurs, la santé, l'agriculture et l'alimentation (CHAFEA) déclinent toute responsabilité quant à toute utilisation qui pourrait être faite des informations qui y figurent.

Une belle matinée, une table bien dressée, une tasse de café, du pain frais et tout le monde confortablement installé à table.

En Belgique, nous grandissons avec le pain. Il est véritablement ancré dans notre culture.

Beaucoup de choses sont dites et écrites à propos du pain, parmi lesquelles de nombreuses idées fausses. C'est la raison pour laquelle nous avons lancé, depuis bientôt trois ans, la campagne « **Pain d'Europe. Une bonne histoire** ».





Comment élargir sa zone de chalandise

La zone de chalandise d'un commerce est sa zone géographique d'influence, d'où provient la majorité de la clientèle.

En termes beaucoup plus simples, ça se traduit par le nombre de mètres ou kms que les clients sont disposés à faire pour venir chez vous ou le temps pour venir (car on peut faire beaucoup de kms en peu de temps ou l'inverse).

Le contour de cette zone est influencé par les distances, les temps d'accès, l'attractivité du point de vente et sa concurrence.

Lors d'une étude de potentiel commercial préalable à l'ouverture d'un point de vente, la zone de chalandise est déterminée en fonction des temps de déplacement et à un degré moindre, en fonction des distances.

Pour un point de vente existant, la zone de chalandise est déterminée précisément à l'aide des adresses des clients obtenues par les moyens de paiement traçables, les cartes de fidélité ou par une demande de code postal au passage en caisse.

QUELQUES EXEMPLES

Le supermarché alimentaire

La concurrence fait rage sur le marché de la distribution alimentaire. Les territoires sont efficacement maillés, et chaque quartier possède au minimum une supérette ou un supermarché dimensionné à son besoin. Pour des produits de grande consommation, l'habitant du quartier ira au plus accessible. Il a peu d'intérêt à fréquenter un point de vente à deux quartiers de chez lui. Encore peut-il y trouver un avantage si le commerce est situé sur le trajet quotidien du travail.

Le commerce spécialisé

Le commerce spécialisé, lorsque son offre est assez rare, attire des visiteurs répartis sur une zone de chalandise plus vaste. Ces chalands se déplacent sur des distances importantes par manque de propositions équivalentes plus proches. Par exemple, un commerce qui est le seul à proposer une marque étendra sa zone de chalandise. Des gens feront parfois jusqu'à 200 kms pour venir !

Des commerces plus généralistes peuvent également jouer sur des notions d'offres exclusives, pour se distinguer. C'est le cas des commerces ouverts le dimanche, qui créent une certaine exclusivité et qui vont étendre leur zone de chalandise sur une journée.

Boulangeries-pâtisseries

La zone de chalandise des boulangeries-pâtisseries n'est jamais immense mais plusieurs choses peuvent l'agrandir : la qualité de l'accueil (faire 5 kms de plus pour être accueilli avec chaleur peut compter), les spécialités (je connais un pâtissier liégeois qui attire des gens du Luxembourg pour ses misérables uniques), le rapport qualité-prix, les heures d'ouverture, l'accessibilité (une nouvelle ligne de bus peut augmenter la zone de chalandise d'un magasin, des travaux peuvent la diminuer), la concurrence (un concurrent proche qui arrête son activité vous permet d'élargir votre zone de chalandise), le marketing (les réseaux sociaux peuvent attirer des clients plus éloignés), la diversification (si vous proposez des produits supplémentaires tels que boissons, confitures, les gens feront peut-être plus de kms que pour leur boulanger actuel), etc.

● Fl de Thier



Beobank Home Secure PRO

Une solution qui protège votre entreprise, c'est rassurant.



A partir de
31,5€ HTVA
/mois
Équipement et
télésurveillance
inclus³

Chez Beobank, votre entreprise est bien entourée. En plus des solutions pour la gestion financière de vos activités, nous vous proposons également un système d'alarme pour votre entreprise: **Beobank Home Secure PRO**. Pour cela, nous collaborons avec **EPS**, expert européen dans le domaine des systèmes d'alarme, sans fil, avec télésurveillance 24h/24 et 7j/7.

A partir de 31,50€/mois, un système d'alarme télésurveillé est mis à votre disposition, sans achat d'équipement². L'installation est effectuée par un professionnel et, en cas d'alarme, les interventions¹ sont effectuées par les agents de gardiennage **G4S**.

Vous voulez en savoir plus? Rendez-vous sur **beobank.be**

beobank PRO

PRENEZ RENDEZ-VOUS DANS L'UN DE NOS PRO CENTERS: Bruxelles | Liège | Hainaut | Namur-Luxembourg

WWW.BEOBANK.BE

¹ Selon la formule choisie.

² Tarif HTVA au 01/12/2018 pour un équipement de base d'un local en formule Comfort Pro, hors frais d'installation et de mise en service de 75€ HTVA, hors options et frais de communication éventuels. Beobank Home Secure Pro est un service opéré par Euro Protection Surveillance SA - Société Anonyme au capital de 5.000.000€ - RPM Bruxelles - TVA BE 0679 698 103 Boulevard International 55 D, 1070 BRUXELLES - IBAN BE23 1096 6746 2291 - BIC CTBKBEBXXX. Autorisation d'exercer en tant qu'entreprise de systèmes d'alarme délivrée par le Ministre de l'Intérieur conformément à la loi du 2 octobre 2017 réglementant la sécurité privée et particulière. Services proposés aux professionnels sous réserve des conditions et limites figurant dans les conditions générales. Engagement 12 mois minimum.
E.R.: C. Guilloret - Beobank NV/SA - Bd. Gén. Jacques 263g 1050 Bruxelles - TVA BE 0401.517.147 - RPM Bruxelles - IBAN BE77 9545 4622 6142.

5 conseils pour sécuriser votre commerce

Cambriolages, vols à l'étalage ou fraudes, nombre de commerçants paient ces fléaux au prix fort. Pour se protéger, des mesures préventives peuvent faire la différence...



Difficile d'avoir une idée précise sur l'ampleur des vols dans les magasins. En 2019, les statistiques de la police faisaient état de plus de 21 786 vols en magasin, c'est-à-dire presque 60 par jour¹. Sans oublier que de nombreux larcins passent inaperçus ou ne font pas l'objet d'une plainte... Vols à l'étalage commis par des "clients" (la majorité des cas), "détournements" effectués par le personnel, fraudes liées aux fournisseurs ou cambriolages: autant de méfaits qui pèsent lourdement dans le portefeuille des commerçants. Un "manque à gagner" estimé à hauteur de 900 millions d'euros en 2018². Alors que les criminels font preuve d'inventivité (sur le web comme sur le terrain), l'heure est plus que jamais à la sécurité!

1. Faites le point

L'objectif ? Réaliser un audit approfondi pour identifier les zones sensibles de votre boutique. Points d'accès, lieux de stockage, caisse, angles morts, cabines d'essayage, etc. Autant de postes qui méritent une attention particulière. Sans oublier vos "joyaux" de la couronne: vos éléments de grande valeur et synonymes de cible préférentielle pour les voleurs. Cet état des lieux complet de votre commerce est indispensable pour cibler les moyens de protection les plus adaptés.

2. Investissez dans la vidéo-surveillance

Ces systèmes sont de plus en plus sophistiqués: caméras miniatures, accès facilité par Internet, etc. Même si le coût peut s'avérer conséquent... L'effet potentiel est double: dissuasion et "action". Et pour cause, le voleur aura tendance à ne pas passer à l'acte s'il se sait surveiller. Par ailleurs, en cas de larcin, l'enregistrement permettra de confronter le chapardeur ou aider la police à résoudre la situation. Un atout valable lorsque c'est votre personnel qui



"se sert" dans la caisse ou détourne des marchandises de votre stock.

3. Attaquez-vous aux vols à l'étalage

Vous disposez de plusieurs outils efficaces: le tout est de déterminer ceux qui correspondent à vos besoins et à votre budget. En tête ? L'antivol. Il en existe de nombreux types en fonction des marchandises à protéger. Vous devrez aussi vous équiper de portiques de sécurité. Si certains équipements sont bien visibles pour dissuader les voleurs, d'autres sont plus discrets pour créer un effet de surprise et prendre le voleur sur le fait.

4. Protégez-vous des cambriolages

Ce n'est pas parce que vous êtes fermé que le risque de vol disparaît. Bien au contraire ! D'où l'importance d'équiper correctement votre boutique: rideau métallique, volets sécurisés, coffres, barreaux de fer ou portes blindées. Autant d'équipements qui représentent un investissement important... Mais le jeu en vaut souvent la chandelle. En fonction de la taille de votre commerce

et surtout de votre enveloppe "sécurité", vous pouvez aussi faire appel à une société de gardiennage.

5. Appliquez certaines bonnes pratiques

Tout d'abord, réduisez au maximum vos liquidités en magasin, notamment en encourageant vos clients à régler électroniquement. Ensuite, n'oubliez pas de faire le point sur vos assurances. Êtes-vous suffisamment couvert pour toutes les situations ? L'appui de votre conseiller peut s'avérer très utile. Enfin, n'hésitez pas à faire appel à un spécialiste en sécurité pour vous guider dans vos démarches de "protection".

Protégez votre activité professionnelle avec Beobank Home Secure PRO. Plus d'infos sur [beobank.be](https://www.beobank.be)

¹ Statistiques de la criminalité 2019 de la Police Fédérale.

² Gondola Magazine 2019.

Le faible interventionnisme

du boulanger sur la pâte

Ces dernières décennies, plusieurs évolutions dans les techniques de panification ont eu lieu.

Elles seront parfois accompagnées par des nouvelles offres d'ingrédients et surtout d'équipements. Il s'agit aussi de « nouveautés » techniques qu'il faut maîtriser, que les manuels professionnels sont lents à intégrer, ce n'est peut-être pas inutile de se « mettre à jour ».

Autre remarque, plus au niveau des techniques professionnelles, c'est ce que d'aucuns appelleraient « la tendance », c'est vécu comme une révision de l'approche du boulanger vis à vis de la pâte. Généralement, on réduit l'intensification du travail mécanique surtout au pétrissage et on augmente la durée de la fermentation, mais parfois en fracturant en deux parties la panification grâce au froid positif.

Passons en revue ces évolutions.

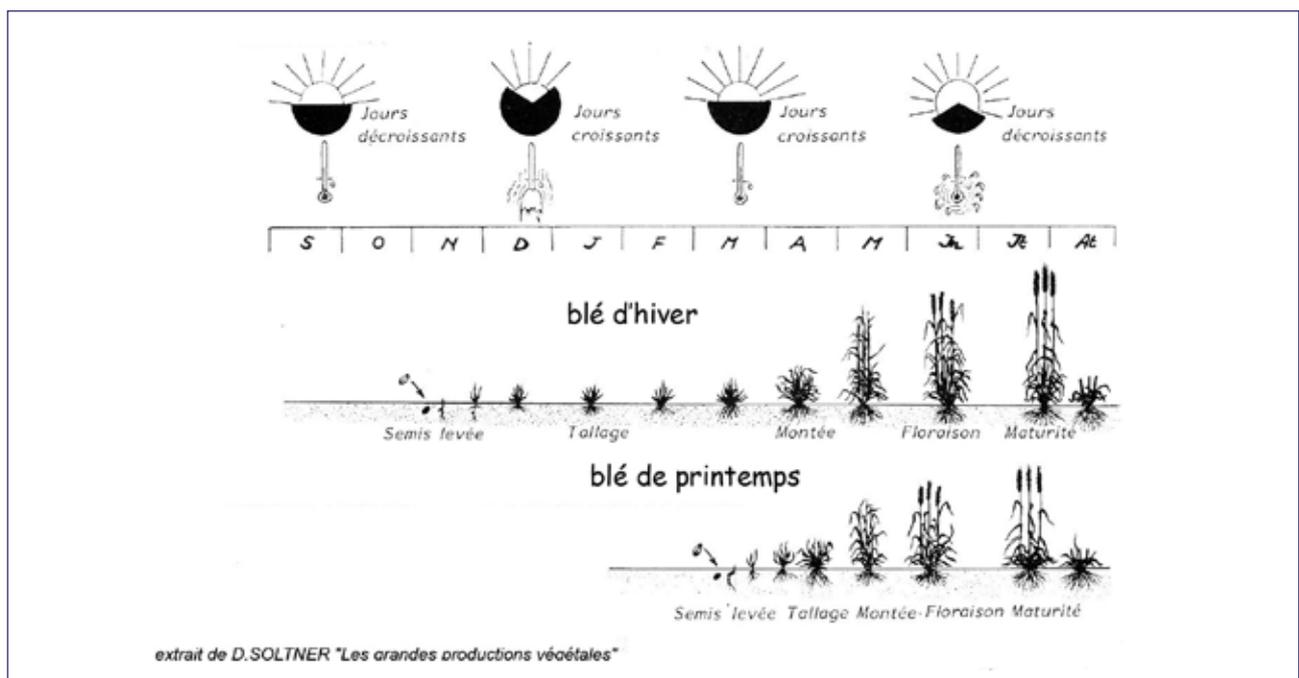
1. L'AUTOLYSE.

C'est la plus vieille des nouvelles techniques du fait qu'on la doit aux observations du professeur de boulangerie à l'école de Meunerie (ENSMIC), Raymond Calvel et à un incident climatique : les fortes gelées de 1956 qui grillent les vignes, les oliviers et les blés dits d'hiver semés en automne, en les « déchaussant » (séparation de la racine avec la plantule).

Il faut dès lors ressemer des blés au printemps pour éviter aux céréaliculteurs une perte de revenu et de

devoir importer d'importantes quantités de blé d'autres continents pour faire la soudure entre ancienne et nouvelle récolte.

Du coup, ces blés dits de printemps, on les commande à ceux (les américains du Nord et le Canada) qui de par le climat qu'ils ont, ne font exclusivement que de la récolte de blé de printemps. C'est un blé différent du blé d'hiver sous plusieurs formes, ces blés dit de printemps répondent à de plus faibles durées de maturation (3- 5 mois pour 10-11 mois au blé d'hiver) grâce au fait que pour eux l'épiaison dépend plus de l'allongement de la durée du jour (cfr. Soleil de minuit).

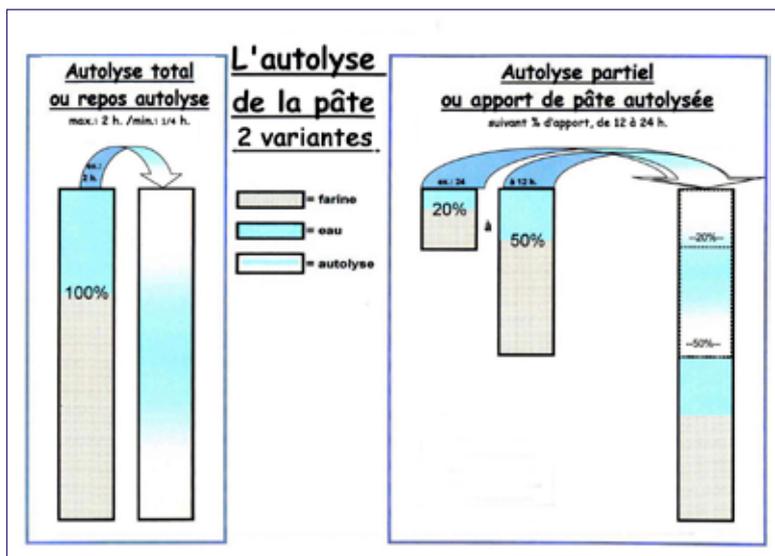




Certaines parties de la Russie qui sont à la même latitude que le Canada ne sèment également que des blés de printemps.

Ces blés de printemps donnent des farines très riches en gluten (on les appellera parfois de manière générique, des blés "Manitoba"). Toutefois, ces blés de printemps sont nettement moins rentables à l'hectare, c'est la principale raison pour laquelle on ne les cultive pas en Europe de l'Ouest. C'est un long préambule historique pour nous faire comprendre qu'en France, lorsque l'on hérite des récoltes de blés de printemps, on remarque que la grigne de la baguette ne jette plus, que la pâte "rondine" et que lors de l'allongement du pâton pour atteindre la forme de la baguette, cette pâte se rétracte. La solution naturelle que va mettre au point le professeur Calvel sera de préparer une pré-pâte sans ferment (dénommé, par lui, autolyse) pour laisser agir les enzymes de la farine qui vont dégrader le réseau de gluten trop dense.

Cette méthode de panification va être utilisée également pour compenser le manque de temps d'imprégnation de l'eau dans la farine dans des processus toujours de plus en plus raccourcis en durée. Et comme le précisera le professeur Calvel en décrivant la méthode dans un écrit datant de 1974 et dans d'autres communications, il faut, « prévoir de faire avant ce qu'il nous est difficile ou parfois impossible de faire après ».



Il s'agit donc d'une méthode de panification qui lutte contre une farine ayant un trop plein de gluten qui sied mieux aux pains de mie, genre pains toast et aux buns pour hamburgers et aux processus intensifs, qu'à des pains plus riches en croûtes, comme la baguette.

2. LE LEVAIN DE PANIFICATION

On s'intéresse au levain oublié presque pendant un bon siècle et demi. Le retour vers cette lente fermentation mixte (alcoolique + lactique) amènera sur le marché un outil, le fermenteur, et des aides « starters » se proposeront. La maîtrise technique de cette fermentation conduira à des approfondissements et pas mal de recherches scientifiques.



3. L'AJOUT ENZYMATIQUE

Il intervient de plus en plus dans nos farines depuis les années 1990. Auparavant, cet ajout n'intervenait dans la farine qu'en tant que correctif des récoltes. Suivant le climat subi, la farine (hypodiastatique) issue de récoltes à saison plus sèche ou de zones arides devait être complétée par l'ajout de malt (farine dont l'amidon est dégradé). Et après, ce sera l'ajout d'amylases (l'enzyme dégradant l'amidon en sucres bio-disponibles).

Mais, en Wallonie, ce sont plus souvent des récoltes ayant trop d'activité enzymatique (hyperdiastatique) que l'on rencontre, ce qui décline les récoltes de nos agriculteurs en farines impanifiables et les envoient vers l'alimentation animale ou à la production de bio-éthanol, en tout cas vers une moindre rémunération.

L'ajout enzymatique c'est autre chose, il s'agit d'enzymes exogènes (n'existant pas

de manière naturelle dans la farine ou y figurant en doses excessives par rapport aux doses natives) remplaçant les additifs pour des besoins dits de "naturalité".

Cela se réalise d'autant que l'enzyme est classé comme auxiliaire technologique. Et comme le précise la liste des ingrédients imprimées sur nos sacs de farine "Les enzymes sont des auxiliaires technologiques et ne doivent pas être déclarés dans les produits cuits".

Comme professionnels de la pâte, ce qu'il faut prendre en compte, c'est que ces cocktails d'enzymes sont insérés au stade de la meunerie, dans la farine. Ils remplacent les additifs, cet ajout se réalise non plus à l'aide d'un geste volontaire du boulanger comme autrefois, où celui-ci ajoutait un adjuvant, mais il s'agit d'un ajout qu'il est impossible de retirer de la farine lorsqu'il est dedans. Or ces ajouts vont paramétrer vos diagrammes de panification et comme les adjuvants, ils vont vouloir assurer la texture et voire même le rassissement plus lent de vos pains. L'offre enzymatique s'est largement diversifiée et complexifiée au niveau de la compréhension grâce aux avancées de la biologie moléculaire.

Au niveau de notre lecture des ingrédients, il faut savoir que la dénomination "enzymes", est moins précise que l'expression amylases sur la liste des ingrédients. Toutefois, cela ne vous précise pas s'il s'agit d'une amylase qui permet de libérer plus rapidement hors de l'amidon, du glucose ou du maltose afin de nourrir la levure et faire plus vite lever la pâte ou d'une amylase thermorésistante qui agit même après cuisson sur l'amidon cristallisé, permettant la "freshness" (garder la fraîcheur).

D'autres enzymes que les amylases pourraient figurer sur la liste des ingrédients, des gluco-oxydases,



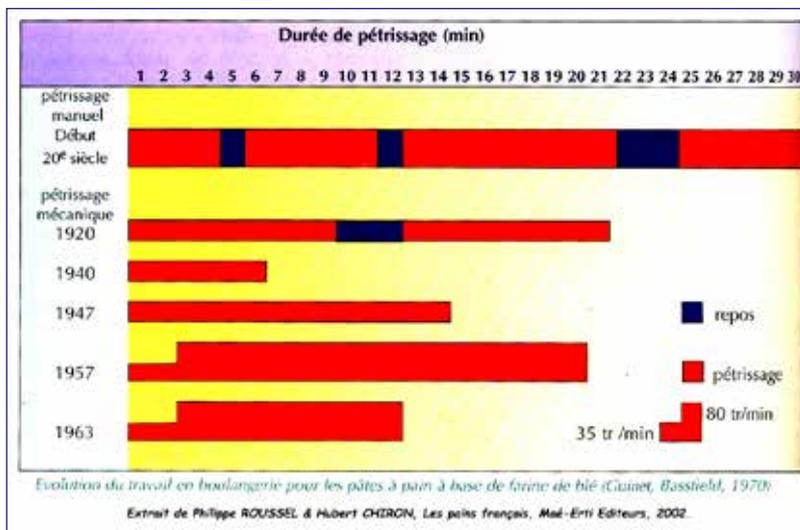
des lipases, des protéases, des hémicellulases, des transglutaminases. Avons-nous en tant que professionnels de la pâte un discernement sur ces ajouts plus additifs que correctifs. A l'heure actuelle, si l'on veut éviter ces additions d'enzymes, le seul recours que l'on a, est d'avoir la possibilité de se fournir en farines certifiées non amendées et d'augmenter sa maîtrise de procédés de panification naturelle permettant d'anticiper les variantes de farines suivant les variétés cultivées et la très fluctuante situation climatique actuelle. C'est une grosse exigence.

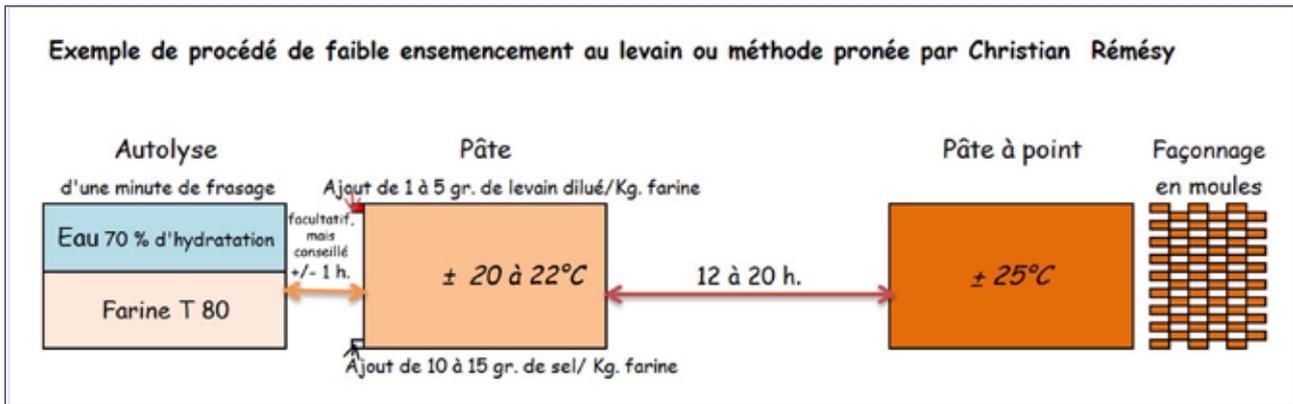
4. LE MOINDRE PÉTRISSAGE

Cette méthode d'intervention d'un moindre pétrissage est plus récente. Ce sont les Ambassadeurs du pain qui vont la populariser début de ce 21^{ème} siècle. Il faut savoir se libérer des notices des équipementiers apportant gentiment conseils lors de l'achat de pétrins et voulant que vous sortiez de la cuve une pâte lisse.

Vis à vis d'une évolution vers un pétrissage devenu toujours plus intensif, ce que l'on a découvert avec la méthode dite "Respectus panis", c'est qu'un simple frasage accompagné de temps de repos et de rabats avait le même effet sur le lissage d'une pâte, qu'un fouettage en deuxième vitesse et avec des mouvements de rotation rapide du bras frasseur. Dans ce cas de figure, il faut être plus patient et observer cette maxime que "le temps n'aime pas ce qui se fait sans lui".

Ce qui ne gate rien, c'est qu'en réduisant le pétrissage (phase oxydante de la panification) vous laissez plus de temps à la fermentation (également phase oxydante de la panification) qui est en plus, la phase "goût" de la panification.





5. LA LENTE FERMENTATION.

C'est là, qu'apparaît un deuxième principe de base de la méthode "Respectus panis". Comme la fermentation est l'espace goût du pain, pourquoi ne pas augmenter cet espace en diminuant la dose de ferment.

Cette méthode de fermentation fera soit confiance à l'auto-fermentation de la pâte qu'est le levain naturel, mais réduira de plus de 60 à 300 fois la dose d'ensemencement pour le levain, on verra parfois des doses réduite à 0,5 % de levain. L'ensemencement levure au kilo de farine allant jusqu'à 0,05 % au kilo de farine.

Les premières périodes de ce faible ensemencement seront à rapprocher du vécu de l'autolyse où les ferments de la farine, les enzymes de la plante-blé pourront être actifs. Ce qu'il faut savoir, c'est que ces faibles doses de ferment vont prendre du temps pour se démultiplier, ce qui ne se vit pas dans une fermentation inférieure à trois heures. On compte parfois un doublement de cellules de microorganismes en 4 - 8 heures, c'est pourquoi la crainte d'ensemencer trop peu doit prendre en compte cette multiplication et en quelque sorte l'anticiper. Comme la démultiplication des microorganismes de la fermentation et la durée

de temps de fermentation à température ambiante (y compris la température fraîche de la nuit) peut être de 18 à 10 heures. Sur la fin de cette longue fermentation, les réactions dues à cette maturation à faible ensemencement seront exponentielles et exigeront une attention bien suivie.

6. LA FERMENTATION AU FROID POSITIF (AU DESSUS DE LA CONGÉLATION)

Dès les années 1960, viendra la pousse dite « conditionnée ». On peut grâce à Michel Bouton (l'initiateur de la pousse différée par une baisse de température), faire l'historique de la pousse à froid. Il lui vient l'idée de pouvoir éliminer le travail de nuit en diminuant la dose de levure pour un long apprêt à 20 °C. Il appelle d'abord cette technique « l'apprêt longue durée » entre 16 et 18 °C. En 1968, Norbert Cosmao, frigoriste de Niort, lance le blocage à 0 °C. En 1969, la programmation électronique arrive avec l'appellation « chambre de fermentation contrôlée ». Suite à la demande de la clientèle professionnelle, en 1960, on passe lors des premières installations d'un « apprêt prolongé » de douze heures à 18 °C avec 85 % d'hygrométrie, à des demandes excluant le travail l'après-midi, en 1966, ce qui donne dix-huit heures de

fermentation à 10 °C avec une pâte plus froide. Et comme c'est la demande qui fait évoluer l'offre, cela passera vers 1972 à un maintien au froid de 40 à 48 heures, impliquant le blocage à 0 °C pour permettre aux boulangers qui prennent deux jours de repos la semaine, de vraiment « chômer » ces deux jours.

La méthode de travail au froid positif se divise en gros en trois

POUSSE CONTRÔLÉE (PERMET DE REFRIGÉRER ET PUIS DE RÉCHAUFFER LE PÂTON POUR L'HEURE DE CUISSON). NÉCESSITE UNE ENCEINTE	☺ 11 h. à 4°C 8 h. à 18°C -
POUSSE LENTE (PERMET DE LAISSER LEVER À BASSE TEMPÉRATURE LES PÂTONS DÉJÀ FORMÉS)	☺ 12 h. à 10°C -
POINTAGE BAC OU POUSSE RETARDÉE (PERMET DE LAISSER LEVER À BASSE TEMPÉRATURE LA PÂTE - MISE EN BAC -)	☺ 12 h. à 10°C - -
POUSSE BLOQUÉE OU BLOCAGE AU FROID POSITIF (PERMET DE BLOQUER LA FERMENTATION DE LA PÂTE OU DU PÂTON)	1 h. à 26°C / 18 à 48 h. à 4°C - -

méthodes de travail qui elles-mêmes se subdivisent en deux, quand la phase travail au froid concerne soit la pâte (pointage), soit le pâton (l'apprêt).

S'il s'agit de pâtons, la pousse lente au-dessus de 10 °C et le travail en cellules de pousse contrôlée est l'approche la plus fréquente. Si on choisit une température de blocage de la vie fermentaire, vers 4 °C, c'est la pâte mise en bac (le pointage-bac) qui est la méthode la plus courante et qui, de nos jours, est assez souvent prolongée par le travail en diviseuse-formeuse.

Vos produits et l'organisation de votre travail vont logiquement déterminer la méthode au froid qu'il vous faut. Pour les praticiens qui ont eu l'occasion de comparer les deux méthodes, différée par le froid ou non différée, les pousses à froid ne représentent pas toujours un avantage marqué au niveau goût et aspect du pain cuit, ce serait même un peu moins développé et avec en plus le risque de cloquage de la croûte à envisager.

Par contre, si l'on doit comparer les deux méthodes au niveau organisationnel, c'est la victoire par K.-O. des méthodes de pousse à froid sur les méthodes non différées. Avec des heures de nuit en moins, ce qui peut améliorer la vie familiale des boulanger(e)s.

7. LA DIVISEUSE - FORMEUSE ET L'ÉVITEMENT DU DÉGAZAGE

De nos jours dégazer devient moins « la norme », quand on voit par exemple la recherche des diviseuses-formeuses les plus performantes qui l'évitent au maximum.

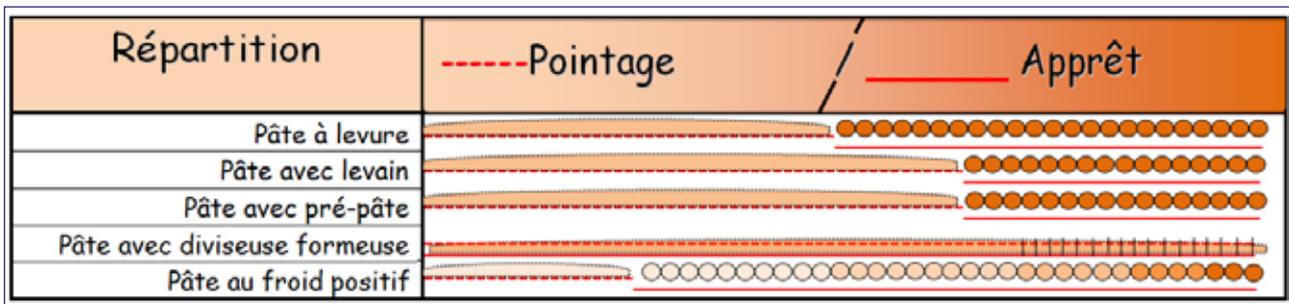
Les gaz apportent des composés volatils aromatiques qui imbibent la mie lors de leur évaporation à la cuisson. Gardons-les, plutôt que de les chasser.

Même un façonnage minimum peut arriver à dégazer et est en partie perdu lors d'un façonnage important. On ne s'est parfois intéressé aux bulles de gaz que pour la levée de la pâte, jusqu'à en négliger le pointage (perdant les avantages de la fermentation en masse) au profit de la fermentation du pâton : l'apprêt.

La diviseuse formeuse est aussi une rationalisation qui va jusqu'à supprimer le façonnage, un geste exigeant un apprentissage professionnel et donnera des pâtons et même des baguettes à bouts carrés.

Ainsi la séparation des fermentations de la pâte en masse (pointage) et fermentation en pâtons (l'apprêt) sera moins marquée.

● M. Dewalque





Quels mangeurs

de pains sont vos clients ?

Il existerait 6 familles de mangeurs... Un auteur identifie 6 familles de mangeurs de pain illustrant des comportements alimentaires spécifiques.



- **Authentique**, un mangeur de pain traditionnel à tous les repas qui ne se pose pas de question.
- **Nomade**, un mangeur qui connaît la valeur du pain mais adapte sa consommation à son rythme de vie
- **Errant**, un mangeur sans culture du pain et qui peut s'en passer
- **Bipolaire**, un mangeur qui se partage entre le pain traditionnel et le pain adapté à son rythme de vie
- **Hédoniste**, un mangeur qui se fie à son goût et privilégie le plaisir et la santé
- **Déphasé**, un mangeur qui associe le pain à la famille
- Les « **snackeurs** » mangent du pain avant tout à domicile, une ou deux fois par jour.
- Les « **blasés** » consomment du pain tous les jours car ils le jugent indispensable à leur équilibre alimentaire. Leur consommation est peu diversifiée.
- Les « **nutritionnistes** » pensent que le pain contribue à l'équilibre nutritionnel et à la santé.
- Les « **gourmets** » considèrent le pain comme un « aliment » à la base de leur alimentation. Ils en consomment beaucoup, tout en ayant une vision très qualitative.
- Les « **conservateurs** » consomment du pain quotidiennement, à chaque repas

Une autre étude a permis d'identifier 6 familles de consommateurs de pain, selon des critères qualitatifs et quantitatifs. Sauriez-vous déterminer à quelle famille vous appartenez ou appartiennent vos clients ?

- Les « **sélectifs** » sont de petits consommateurs. Ils choisissent le pain scrupuleusement et sont attentifs aux impacts possibles sur la santé.

Toutes familles confondues, le critère de choix n° 1 est la qualité du pain, évaluée à travers le plaisir sensoriel, l'attention portée à la fabrication, l'apport nutritif et roboratif et enfin des critères d'ordre plus pratique : sa conservation et sa congélation...

Sources : livre *Anthropologie des mangeurs de pain*, étude de l'Institut Quali-Quanti



« Le Président et les membres du conseil d'administration de la fédération francophone vous font part du décès de monsieur **Alphonse LEYSEN**.

Nous présentons à son épouse, à ses fils et à toute la famille nos sincères condoléances.

Alphonse LEYSEN a siégé de nombreuses années au conseil d'administration de la Confédération. Il assumait, avec beaucoup de diplomatie, la vice - présidence de la commission sociale, le mandat de représentant effectif à la commission paritaire 201 et le mandat de représentant suppléant à la commission paritaire 118.03.

Souvenons-nous de notre ami Alphonse LEYSEN, un homme déterminé, qui a beaucoup œuvré pour la Confédération, jovial avec qui l'on appréciait « une pintjes ». »

● **A.DENONCIN**
Président



“Qualité sur mesure fait maison”

- complètement fabriqué par nous-même
- machines standards et sur mesures
- réalisé avec des matériaux de haute qualité
- pour chaque endroit, nous trouvons une solution

Aménagements de magasins

Peeters bvba
Bakkerij installaties • Installations boulangeries

Industrieweg 8, 3620 Lanaken
Tél. +32-89-73 14 21 - Fax +32-89-73 19 50
www.peeters-bvba.be
e-mail: info@peeters-bvba.be

MOULIN MEYERS S.A.

Le moulin Meyers est désormais repris par les moulins du Val-Dieu

Le moulin de votre région
qui vous offre ses farines tous
types et sa collaboration directe.

Rue gulpen, 15
4852 HOMBOURG
☎(087) 78 53 70

Être membre de la Fédération, *c'est bénéficier d'une foule d'avantages de grande valeur*

La Fédération francophone s'est donnée pour mission de représenter, conseiller et défendre ses membres au mieux mais veille aussi à ce que les décisions, à tous les niveaux de pouvoir, prennent en compte les intérêts de ses artisans.

Les sections provinciales et régionales assurent, quant à elles, la représentation au quotidien de ses membres en proposant de nombreuses activités mais aussi en soutenant et proposant des initiatives locales.

Avoir la garantie de voir son métier défendu et protégé, tant au niveau politique que social et humain est la plus-value essentielle de l'appartenance à la Fédération.

Les informations du terrain sont entendues, relayées en haut lieu et la Fédération met tout en œuvre pour apporter les solutions attendues.

Appartenir à la Fédération, c'est désirer voir notre métier perdurer !

Pensez à vous affilier et à cotiser !

Liste des présidents par province

Monsieur DENONCIN Albert,
province de Luxembourg.

Tél. : 0477/41.91.52

Mail : a.denoncin@skynet.be

Monsieur LEONARD Henri,
province de Liège.

Tél. : 04/351.76.46

Mail : henri.leonard@longdoz.be

Monsieur LEFRANC Frédéric,
province de NAMUR.

Tél. : 081/43.35.99

Mail : fredval.lefranc@live.fr

Monsieur VANDERAUWERA José,
province du HAINAUT.

Tél. : 0496 33 05 79

Mail : josé.vanderauwera@gmail.com

Monsieur SZALIES Arnaud,
Brabant Wallon.

Tél. : 02/387.36.93

Mail : aszalties@skynet.be

Monsieur LARDENNOIS André,
BRUXELLES.

Tél. : 02/660.56.07

Mail : lardennois.a@gmail.com