



Créer et faire soi-même

Faire son pain au levain naturel

Au Campus de la Transition de Forges

Le pain peut devenir un aliment santé, savoureux et issu d'un savoir-faire que les participants vont acquérir.

Objectifs de l'atelier

- Découvrir l'environnement et les besoins des micro-organismes nécessaires à la fabrication du pain
- Bien s'alimenter pour rester en bonne santé
- Apprendre à initier et entretenir un levain naturel, ses propriétés, ses qualités
- Apprendre les étapes de fabrication maison du pain au levain

Déroulement

- Partie théorique sur les céréales, farines et fermentations
- Analyse collégiale d'un levain et techniques pour en démarrer un
- Faire du pain : comment s'y prendre pour que ça marche à tous les coups ? Chacun met la main à la pâte et repartira avec son pâton à cuire chez lui.

Rythme et organisation

Les farines utilisées sont issues de différentes céréales et/ou de blé ancien, beaucoup plus tolérable par les personnes sensibles au gluten.



Objectif Terre 77 - Association loi 1901 - Le Bois Charme - 77820 Le Châtelet-en-Brie
Coordination : Emelyne TACHEAU Tél. : 06 98 24 03 23 – emelyne.tacheau@gmail.com - www.objectifterre77.org



Créer et faire soi-même

Intervenants :

Stéphane Rousselin



et
Amoureux du pain

Emelyne Tacheau



Durée de l'atelier

2h

Date

Samedi 7 décembre 2019 à 14h

Prix

9€ par personne, gratuit pour les enfants accompagnés

Lieu

Campus de la Transition de Forges

Informations et inscriptions

Au 06 98 24 03 23 et sur le site

www.objectifterre77.org

Nombre de places limitées

Matériel requis

- Un contenant alimentaire refermable type pot à confiture (pour récupérer du levain)
- Un contenant alimentaire pour transporter le pâton

Objectif terre 77 est une association qui depuis 2005 réunit des personnes d'horizons divers désirant renforcer leur lien à la terre. En plus des ateliers proposés aux enfants, elle organise en sud Seine et Marne des journées découvertes, des cycles de formation et des événements sur l'agriculture et la nature, des ateliers corporels et artistiques. Ces événements sont ouverts à tous.
Pour plus d'informations consultez notre site www.objectifterre77.org



Objectif Terre 77 - Association loi 1901 - Le Bois Charme - 77820 Le Châtelet-en-Brie
Coordination : Emelyne TACHEAU Tél. : 06 98 24 03 23 – emelyne.tacheau@gmail.com - www.objectifterre77.org