

## OBJECTIFS

- Caractériser le comportement en panification des blés anciens et modernes en fermentation longue et courte
- Pouvoir identifier les qualités gustatives de ces modalités
- Permettre aux adhérent.e.s d'échanger sur leurs pratiques de panification et de choisir les méthodes de panification qui correspondent le mieux à leur besoin.



## ORGANISATION DE LA JOURNÉE

**Date** : 13 oct. 2025 – **Horaires** : 9h–17h  
**Lieu** : Le Fournil Follépi, Vendegies-sur-Écaillon (59)  
**Participants** : 8 personnes + 2 animatrices

### Méthodes

- **Pétrissage** : manuel + pétrin en bois
- **Pointage** : en bac
- **Rabat** : 1 rabat
- **Façonnage** : bâtard
- **Apprêt** : banneton
- **Cuisson** : four à bois Panyol (chauffe directe)

Au cours de cette journée deux recettes ont été appliquées à tous les lots :

- **une fermentation courte**
- **une fermentation longue**

### Pour info :

Les quantités ont été adaptées selon la température de la pièce  
 La quantité de pâte finale produite est identique entre les deux recettes - Production d'environ 9 kg de pâte par recette  
 → **10 pâtons de 750 g chacun**

## LES RECETTES

	Base Fermentation longue	Base Fermentation courte
<b>Farine</b>	1000 g	1000 g*
<b>Eau</b>	770 g	636 g
<b>Levain</b>	36 g	347 g*
<b>Sel</b>	18 g	18 g

\*Une partie de la farine sèche mesurée a été utilisée afin de rafraîchir le levain et d'avoir des quantités de pâte identiques dans les deux recettes

Levain : 100 % blé  
 2 rafraichis (1er rafraichi de 8h et 2ème de 2h)

## LES FARINES

Nom du lot	Origine des blés	Année de récolte	Moulin	Type de farine
Blés Anciens (BIOCER)	Hauts-de-france (mélange)	2024	Meule de pierre	T80
Blé Moderne (BIOCER)	Hauts-de-france (mélange)	2024	Meule de pierre	T80
Mélange de Bertrand (40 % blés anciens et 60% blés modernes)	Vendegies-sur-Ecaillon (59)	2024	Meule de pierre	T80

## PROTOCOLES

### Fermentation courte :

Pétrissage : 9h50  
 Rabat : 10h30  
 Façonnage : 12h00  
 Cuisson : 14h00  
 Dégustation : 16h

### Fermentation longue :

Pétrissage : (la veille) 21h00  
 Façonnage : 12h30  
 Cuisson : 14h00  
 Dégustation : 16h



## LES RESULTATS

La grille de notation repose sur 7 niveaux, allant de l'insuffisance à l'excès, où la position des croix autour du point central N (caractère normal = 10) indique à quel point un critère est jugé trop insuffisant, normal, ou excès. ce qui permet de visualiser rapidement le profil qualitatif d'une pâte ou d'un pain.

**A noter :** les pétrissages étant réalisés la veille, il n'y a pas eu de notations effectuées sur la modalité FL.

## FERMENTATION LONGUE

	Protocole fermentation longue		
	Farine blés modernes	Farine Bertrand (40% anciens)	Farine blés anciens
FAÇON (moyenne)	7,9	7,2	8,8
Pointage	8,9	7,8	7,8
Façonnage	6,8	6,3	9
Apprêt	5,9	5,1	8,9
Mise au four	10	10	10
PRODUIT FINI	9,3	8,6	8,7
Aspect du pain	9	8,5	8
Aspect de la mie	9,7	9	9,7
Goût du pain	9	7,8	8
TOTAL GENERAL	8,5	7,8	8,8

La modalité blé moderne est fidèle à ce qui est attendu lors de la sélection, avec un produit fini harmonieux, mais a présenté des difficultés à l'apprêt où la pâte avait tendance à craqueler.

À l'odeur, la pâte issue de la farine mélange de Bertrand présentait une acidité plus marquée que celles réalisées avec les farines Biocer.

La modalité mélange montre un profil plus irrégulier, avec des difficultés au façonnage et à l'apprêt similaires à celles des variétés modernes, ce qui a légèrement impacté la qualité finale, visuellement sous-cuite.

La modalité blés anciens offre les résultats les plus homogènes.

## FERMENTATION COURTE

La modalité blés modernes présente un comportement très proche de la normale, avec des notes élevées et régulières à toutes les étapes, aboutissant à un produit fini conforme aux attentes.

La modalité mélange montre un comportement plus irrégulier.

La modalité blés anciens se rapproche globalement du comportement attendu, avec une bonne homogénéité et un produit fini satisfaisant

	Protocole fermentation courte		
	Farine blés modernes	Farine Bertrand (40% anciens)	Farine blés anciens
FAÇON (moyenne)	9,4	6,7	8,3
Pétrissage	8,8	6,3	7,0
Pointage	9,7	6,5	7,5
Façonnage	9,0	7,3	8,8
Apprêt	10,0	9,3	8,9
Mise au four	10,0	4,5	10,0
PRODUIT FINI	8,3	8,4	8,9
Aspect du pain	7,8	8,5	9,0
Aspect de la mie	8,8	8,3	9,5
Goût du pain	8,5	8,5	7,0
TOTAL GENERAL	9,0	7,3	8,5

## RÉSULTATS GLOBAUX

Lors de cette journée, la fermentation longue semble mieux convenir aux blés anciens, tandis ce que la fermentation courte mes davantage en valeur les blés modernes. Le mélange est la modalité qui globalement présente le plus de difficultés peu importe la fermentation.

Lors des dégustations à l'aveugle, voici les résultats obtenus par modalités :

Fermentation longue			fermentation courte		
Blé Moderne (BIOCER)	Mélange (40 % blés anciens et 60% blés modernes)	Blés Anciens (BIOCER)	Blé Moderne (BIOCER)	Mélange (40 % blés anciens et 60% blés modernes)	Blés Anciens (BIOCER)
plutôt neutre, de ce qui se rapprocherait d'un pain "normal"	Plus acidulé, manque de cuisson	Couleur plus foncée, alvéolage plus régulier, plus acide avec du caractère	Peu acide, doux, agréable à manger, sucré	alvéolage plus irrégulier, saveurs douces	Saveurs toastées, belles couleurs, peu acide et mie régulière





## A NOTER:

- Quantités identiques pour les trois farines, bien que les besoins d'hydratation puissent différer par exemple - d'une année sur l'autre, les farines d'une même variété peuvent varier.
- Pétrissage réalisé par différents participant.e.s avec des gestes variables, influençant les pains obtenus.
- Tous les lots n'ont pas reçu le même nombre de notes = fiabilité limitée des moyennes présentées.
- Mise au four notée par une seule personne.
- Pour reconnaître les pains, nous les avons grigné différemment, cela a probablement influencé l'évacuation du gaz.
- Évaluations du produit fini réalisées à l'aveugle, mais certains ont reconnu les lots grâce à leur expérience boulangère.
- Aucun.e participant.e formé.e à la dégustation, appréciations relèvent de subjectivité.
- Les pâtes issues des farines BIO CER n'ont pas réagi de la même manière que celle issue du mélange de Bertrand F. à l'hydratation, il existe sûrement un enjeu important lié à la mouture de chaque farine.
- La place dans le four (milieu, sur le côté...) a influencé le développement de la croute car il y a moins d'humidité pour les premiers pains enfournés.



### FERMENTATION LONGUE

- +** Gain de temps dans l'organisation (moins de manipulations)
- Développement d'une acidité plus marquée (Arômes plus typés)
- Moins de levain utilisé
- Moins de flexibilité (s'il manque des pains, il est difficile d'en refaire rapidement)
- Risque de sur-fermentation (en été ne pas dépasser les 16 heures de fermentation)

### FERMENTATION COURTE

- +** Moins de risques de sur fermentation l'été par exemple
- Moins d'acidité, saveurs plus douces
- Meilleure tolérance aux variations (températures)
- Moins adaptée aux blés anciens (plus de déchirures)

## CONCLUSION

La journée a été riche en échanges pratiques et les résultats semblent montrer que la fermentation longue paraît bien adaptée aux blés anciens. Lors des dégustations, cette pratique a systématiquement accentué l'acidité, donnant plus de caractère aux pains (toutes farines confondues) pour ceux qui apprécient les notes acidulées du levain !

Lors du temps d'échange consacré aux pratiques de Bertrand Follet, il nous a confié que d'un point de vue gustatif, il ne constatait pas de différence très marquée entre la FL et la FC. En revanche, la fermentation longue lui apportait un gain de temps important et plus de souplesse dans l'organisation. Ce jour-là sa farine (le mélange) à moins bien performé, probablement en raison d'une hydratation trop élevée, hypothèse qu'il faudrait vérifier à l'aide d'un hygromètre.

## ET POUR LA SUITE ?

- Améliorer la reconnaissance organoleptique avec l'aide d'un professionnel ?
- Comment renforcer la fiabilité des résultats ?
- Utiliser un thermomètre et un PH mètre pour affiner certaines observations
- Aller plus loin sur les pratiques de fermentation en analysant la conservation des pains et leur digestibilité
- Explorer d'autres facteurs : hydratation, quantité de levain, etc...

Bertrand F. nous a confié que ses propres essais menés ensuite avec une farine 100 % blé ancien (récolte 2025) ont été délicats, avec une fermentation très active nécessitant une forte réduction du levain. Depuis quelques semaines, il est revenu à un mélange 50/50 blé ancien-blé moderne, dont il est très satisfait, le blé moderne apporte la force et le volume, le blé ancien le goût et la coloration. Son choix est conforté par les travaux de Christian Rémésy, qui souligne également que le blé moderne réagit mieux aux fermentations faibles ensemencements (le contraire de cette conclusion).

## CONTACTS

Initiatives Paysannes  
+33 6 67 20 91 67  
semences@initiatives-paysannes.fr  
23-25 rue du Dépôt 62 000 Arras

## SOURCES

- Tests de panification menés en 2015 et 2016 par l'ADEARN, 2021 et 2024 par Initiatives Paysannes.
- Dossier technique de l'association Triptolème (expérimentation de 2009 à 2014)
- Test de panification de l'association Kerna un Sohma (2014)
- Projet « Valorisation et transmission de savoir des variétés anciennes et paysannes » - Graines de Noé (2020)

Un grand merci au Fournil Follépi et à nos adhérent.e.s pour leur implication bénévole dans ce projet !