



Le pain : une question de goût, comme le vin...

Question :

On me demande souvent : qui fait le meilleur pain?

Réponse :

Avant de comparer un pain fabriqué de façon artisanale et un autre fabriqué de façon industrielle, il faut définir les critères de qualité du pain.

Tout d'abord, la qualité est comparable au goût, c'est-à-dire que c'est selon la personne : on aime ou on n'aime pas. Pour moi, il n'y a pas de mauvais pain, mais des pains différents. À chacun de faire son choix en rapport avec ce qu'il recherche.

Le pain et ses critères de qualité

La croûte du pain

- Plus épaisse et plus croustillante pour un pain croûté ou cuit sur la sole.
- Plus mince et plus souple pour le pain tranché.
- Encore plus fine et plus souple pour les petits pains (*hot dog, hamburger, etc.*).
- Différent selon que le pain est cuit dans un moule ou sur la sole.

La mie

- Ouverte ou dense selon la méthode de fabrication.
- Plus blanche et plus fermée pour le pain blanc enrichi.
- Plus foncée et plus ouverte pour les pains artisanaux.

L'arôme et l'odeur

- Différents selon la méthode de fabrication.
- Un pain au levain apporte des arômes plus acides alors qu'un pain fabriqué en pâte rapide sentira la levure et non la fermentation.
- Un pain blanc enrichi peut dégager une odeur de fraîcheur, alors qu'un pain intégral peut sentir le rance à cause de la présence du germe de blé.
- Les pains à saveur aigre (*sourdough*) peuvent donner l'impression qu'ils sont périmés à cause de leur goût acide très prononcé; il faut aimer pour apprécier.

La régularité de la forme du pain

- Les pains tranchés sont cuits dans des moules et la forme ne changera que par la hauteur du pain, car c'est le moule qui définit la longueur.
- Les baguettes, les miches ou tout autre forme de pain doivent être bien vérifiées afin d'offrir des symétries constantes de jour en jour.
- C'est le poids qui détermine le volume de chaque pain; ce poids variera selon chaque type de pâte, mais devrait être constant pour chaque variété fabriquée.

La saveur de fermentation : alcool

- La pâte fabriquée au levain dégage plus de saveur que les pâtes rapides avec beaucoup de levure.
- C'est le temps de fermentation donné qui développe la saveur d'un pain. Les pains tranchés de boulangerie industrielle sont aussi fabriqués à partir de levains, que l'on appelle des levains-levure. On trouve plusieurs types de pré-ferment ou levain, ce qui fait que les saveurs changent d'un boulanger à l'autre.

La cuisson uniforme

- Un pain cuit à point aura une meilleure durée de vie, toutefois les temps de cuisson changeront selon la variété de pain (y inclus la grosseur), selon chaque type de four ou selon la demande de la clientèle. Une bonne cuisson fait souvent la différence d'un boulanger à l'autre.

La bonne répartition de la garniture

- Pour une question d'apparence générale et de coût.

Un pain pour chaque marché

La qualité est relative à chacun, selon ce qu'on aime, la croûte ou la mie. On ne peut comparer un pain blanc enrichi et une baguette au levain, car on peut fort bien aimer les deux selon l'utilisation que l'on veut faire. Au restaurant, il est impensable de servir des toasts faits avec

de la baguette ou du fromage avec un pain tranché. Chaque type de pain a son marché. Aux consommateurs de choisir ce qu'ils aiment.

On blâme souvent le pain comme étant une des causes de l'embonpoint. Le pain ne fait pas engraisser, c'est plutôt ce que l'on met dessus et avec quoi on le mange que le pain lui-même. Le beurre et la margarine sur les toasts sont plus dommageables que le pain, de même les cretons et les pâtés (de foie ou de campagne), les *tartinades* et les confitures sucrées. On met encore la faute sur le pain quand on le trempe dans la sauce pour finir son assiette...

Rappelons qu'une baguette française est le pain requérant le minimum d'ingrédients pour la fabrication, soit farine, eau, levain ou levure et sel. C'est par l'ajout de sucre et de matières grasses que l'on contrôle l'épaisseur et la souplesse de la croûte. On ne peut faire des petits pains mollets (*hot dog, hamburger*) sans sucre et sans gras, car ils seront croûtés. Chaque type de pain a une recette différente dont dépendra le résultat recherché.

Nous avons des habitudes différentes de la France. Plusieurs considèrent un pain croûté comme un pain sec ou un vieux pain. Ici, bon nombre de gens aiment la croûte molle. D'aucuns voudraient avoir une baguette qui se conserve comme un pain tranché... or c'est sa composition qui fait la différence et non la qualité.

Le meilleur, c'est toujours le pain du jour. Bon appétit!

Vous avez des problèmes techniques?
Faites-nous parvenir vos questions sans
tarder! (Coordonnées en page 3)