

Micro-fournil au levain naturel

Découvrez les techniques essentielles de la panification
au levain naturel ! Utilisez un four à bois !



3 JOURS - 24 HEURES
20 au 22 octobre 2027

**Apprenez à faire du pain au
levain et créez une gamme à
votre image, en valorisant les
ressources qui vous entourent.**

**Vous réaliserez d'autres recettes
valorisant le levain et les farines
paysannes, en vue d'établir un
micro-fournil !**

Nombre de participants : 12

Tarifs :

- auto-financement : 720 € TTC
- financement externe (OPCO, France Travail) :
nous contacter pour un devis.

Il n'y a pas d'hébergement à la ferme pour cette formation, les repas sont à votre charge. Vous pouvez nous contacter pour réserver des formules sandwich ou salade avec les légumes de la ferme (15 €) et dessert maison, pour les déjeuners.

Public :

Toute personne attirée par la panification au levain naturel. Paysan.nes désirant augmenter l'autonomie et la résilience de leur ferme. Futurs professionnels du pain. Boulanger(e), cuisinier(e), diversification des activités d'une ferme paysanne, formateur.trice.

Horaires :

9 h - 13 h ; 15 h - 18 h. 30 Fin de la formation à 17 h le vendredi.

Formatrice : Justine LEBAS - *artisane
boulangère* (voir les portraits à la rubrique « Les
formateurs »).

Prérequis :

Age minimum : 16 ans (une autorisation parentale est requise pour les mineurs). Comprendre le français oral. Le petit groupe permettra d'adapter la complexité des recettes à réaliser aux compétences de chacun.e.

Objectifs :

Cette formation vous permettra de découvrir une manière de pratiquer la boulangerie au levain naturel en intégrant les ressources qui vous entourent. A l'issue de la formation, vous percevez le métier de boulanger(e) comme un travail d'esprit et non de force.

Cette formation constitue l'opportunité d'entamer un chemin vers une vie plus sobre et naturelle.

A l'issue de la formation, vous serez capable de :

1. Maîtriser la panification naturelle, l'utilisation d'un four à bois et les diverses manières de l'optimiser.
2. Maîtriser différentes techniques de panification qui s'adaptent à votre environnement,
3. Connaître la fermentation longue et à faible ensemencement.
4. Maîtriser les gestes essentiels permettant de fabriquer de nombreux autres types de pain.
5. Créer plusieurs recettes zéro déchet, simples et abordables économiquement.
6. Étudier la possibilité de devenir boulanger à titre professionnel.

Programme :

Mercredi :

- Présentation des objectifs du stage, des ateliers, des principaux outils et ingrédients, consignes de sécurité.
- Cours sur la panification.
- Début des ateliers pratiques.
- Réalisation d'une gamme de pain en pousse lente, présentation de différentes techniques de façonnage, diversification des pains avec des inclusions.
- Valorisation des ressources qui nous entourent pour personnaliser les pains.

Jeudi :

- Au four pour la cuisson du pain !
- Présentation de deux manières d'utiliser un four à pain au feu de bois.
- Valorisation du four durant sa chauffe avec des recettes zéro déchet et de saison.
- Fabrication de recettes sucrés (brioche) et salés (pizza, pain plat, foccacia...) en pousse lente.
- Aromatisation avec les ressources qui nous entourent.

Vendredi :

- Mise en chauffe du four et cuisson de recettes dans un four en chauffe non vidée.
- Réalisation des recettes sans fermentation qui valorisent le levain écarté.
- Cuisson des autres mets salés et sucrés en s'adaptant aux fluctuations de températures du four.
- Suite et fin des ateliers pratiques. Exposé : nourrir un levain naturel, devenir boulanger(e) à titre professionnel.
- Questions-réponses et conclusion de la formation.

