

L'earl CHIAROSCURO présente



**BIOGRANETA**

Local  
c'est l'idéal



**FARINE  
DE BLE TENDRE**

Notre farine est fabriquée au moulin de Montbrun Lauragais chaque semaine, garant de sa fraîcheur.

Le moulin est constitué d'une meule inférieure fixe et d'une meule supérieure tournante munie d'un trou au centre au travers duquel le grain arrive. Le grain est ainsi écrasé et toutes, les substances libérées (enveloppe, germe ...) sont intimement mélangées.

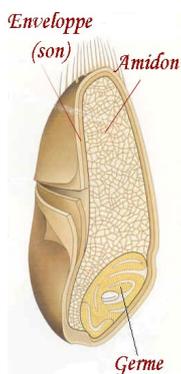


La mouture ainsi réalisée sans échauffement permet de préserver la qualité vivante du grain.

La mouture est ensuite passée dans une bluterie et donne de la farine équivalent T80 ainsi que du son de blé.

Les farines fraîchement moulues ont plus de saveur et sont plus nutritives et riches en fibres.

*« Le germe du grain est, pour ainsi dire, le « porteur de vie » dans chaque grain de céréale. Il contient de nombreux minéraux des vitamines et d'importants acides aminés. Toute maturation et tout processus de développement part du germe. C'est lui qui impulse la croissance du grain lorsqu'on le met en terre. En lui se trouvent toutes les informations nécessaires à la plante, d'où le terme « porteur de vie ».*



### **Idée recette : Biscuits salés pour l'apéritif au parmesan et aux tomates séchées**

Temps de préparation: <15 minutes

Temps de cuisson: 15 minutes

#### **Ingrédients bio :**

- 180g de farine Biograneta de Montbrun
- 80g d'huile de tournesol Biograneta
- 1 œuf (ou pas ...)
- 1 c. à café de poudre à lever ou levure
- 40g de pignons de pin (j'ai mis des graines de tournesol)
- 60g de tomates séchées en petits morceaux
- 10 feuilles de basilic frais (si possible)

#### **Préparation :**

- Préchauffez le four thermostat 6 ou 180 °C.
  - Verser la farine, la poudre à lever dans un bol.
  - Ajouter l'huile, le parmesan râpé, l'œuf battu puis les pignons de pin (ou graines de tournesol), les tomates séchées et le basilic.
- Malaxer la pâte avec les doigts et former une boule.
- Mettre 20 minutes au frigo (si possible)
  - Former des petites boules de la taille d'une bille et les aplatir légèrement sur une plaque ou un papier silicone.
  - Faire cuire 15 minutes au four et laisser refroidir avant de servir. On peut les préparer la veille.