

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.

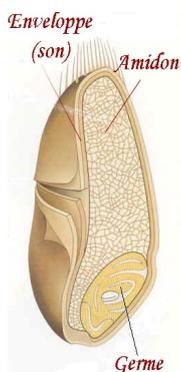


La mouture ainsi réalisée sans échauffement permet de préserver la qualité vivante du grain.

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 ».



Idee recette : Cookies aux pépites de chocolat (sans oeuf)

Temps de préparation: <15 minutes

Temps de cuisson: 12 minutes

Ingrédients bio (12 cookies) :

- 320g de farine Biograneta de Montbrun
- 100g de sucre
- 130g d'huile de tournesol Biograneta
- 150ml de lait végétal (ou mélange eau/lait)
- 2 c. à café de poudre à lever ou levure
- 1 c. à café de bicarbonate de soude
- Pépites de chocolats, noisettes concassées, dés de fruits secs ...
- 1 grosse pincée de sel

Préparation :

- Préchauffez le four thermostat 6 ou 180 °C.
- Verser la farine, le sel, le sucre, la levure et le bicarbonate de soude dans un bol.
- Ajouter l'huile et le lait végétal. Malaxer la pâte avec les doigts afin de la rendre souple et homogène. Si elle semble trop sèche, rajouter un peu d'eau ou de lait (une c.à café à une c. à soupe).
- Former environ 6 boules de 45 g chacune et les poser sur une plaque en gardant un espace entre chaque. Les aplatir avec la paume de la main.
- Enfourner les cookies pendant 15 minutes (12 minutes peuvent suffire autrement). Ils doivent dorer légèrement sur les côtés.
- Les retirer du four et les laisser refroidir une dizaine de minutes avant de les récupérer délicatement de la plaque. Conserver dans une boîte métallique quelques jours.

Variante : Ajoutez 2 gouttes d'HE d'amande amère, de la cannelle (1/2 c. à café) ou le zeste d'une orange