

L'earl CHIAROSCURO présente



BIOGRANETA

Local
c'est l'idéal



PÂTES A LA FERME

Notre semoule de blé dur est fabriquée au moulin de Montbrun Lauragais ou dans notre moulin de type Astrie chaque semaine, garants de sa fraîcheur. La mouture ainsi réalisée sans échauffement permet de préserver la qualité vivante du grain (présence de son possible, ce qui confère également un goût et un intérêt nutritionnel supplémentaires).

La semoule de blé dur **Biograneta** est très riche en minéraux, **vitamines (B1 et B2 notamment)** et enzymes (phosphore, manganèse, **magnésium**, zinc, sélénium et cuivre). Elle contient des acides aminés tels que la lysine indispensable à l'organisme (croissance des os, formation du collagène et des anticorps, métabolisme des glucides).



Nous transformons ensuite la semoule de blé dur en pâtes. Les pâtes **Biograneta** sont fabriquées uniquement à partir de semoule de blé dur et d'eau filtrée (ni œuf, ni sel).

La semoule est transformée en pâtes grâce à une extrudeuse. A la sortie de l'extrudeuse nous avons le choix de mettre différentes filières. Une filière va donner la forme à la pâte (coquillettes, torsades, coude, vrille, etc).

Nos pâtes sont ensuite étalées avec précaution sur des plateaux et séchées lentement (au minimum 15 h à 35 °C max.) pour garder toutes les saveurs des céréales. Le séchage est une étape cruciale de la fabrication. Il est important de le réussir, car c'est lui qui va jouer sur la tenue de la pâte à la cuisson, sa valeur nutritive et sa conservation. Ainsi les protéines n'en sont pas dénaturées (le séchage industriel est plus rapide et avoisine les 100°C), ce séchage lent et à basse température rend les pâtes plus digestes et assimilables pour l'organisme. La cuisson de nos pâtes ne doit pas excéder 2 minutes, ce qui est appréciable pour goûter rapidement de pâtes digestes et savoureuses !



Il est important de bien les remuer pendant la cuisson afin qu'elles ne collent pas.

Idée recette : Salade fraîcheur torsades, feta, etc ...

Temps de préparation: < 10 minutes

Temps de cuisson: 2 minutes

Ingrédients bio (4 personnes)

- 400g de pâtes à la ferme **Biograneta**
- 100g de dés de feta
- 100g de tomates séchées ou fraîches selon la saison
- 50g de graines hachées grossièrement selon les goûts (pistaches, cajou, amandes, noisettes ...)
- 2 c. à soupe d'huile de lin **Biograneta**

Préparation :

- Faire cuire les pâtes 2 minutes, les égouttez et les passez sous l'eau froide
- Mettre dans un saladier la feta, les tomates, les graines et l'huile de lin.
- Ajoutez les pâtes et bien mélangez.
- Servir bien frais

Variantes

Sur cette base, tout est permis (suivant ce que vous avez en cuisine finalement) : dés de tofu, olives vertes ou noires, basilic frais, radis coupés en rondelles, une poignée de lentilles corail ...

« L'imagination est plus importante que le savoir » Albert Einstein ...