

Le bon pain au blé du Trièves



Le pain : un aliment très sain



● Contrairement aux idées reçues, le pain ne fait pas grossir. Il apporte environ 250 calories pour 100 g et il est très bon pour la santé. Sa richesse en glucides complexes offre l'énergie nécessaire aux muscles et au cerveau pour toute la journée. Toutes les parties du grain de blé ont un intérêt. L'amande contient des glucides, le germe est riche en acides aminés et en phytostérols. L'enveloppe se révèle riche en fibres et minéraux. Si la consommation de pain a chuté fortement depuis le début du siècle dernier, les efforts de qualité entrepris depuis quelques années ont toutefois permis de redorer l'épi des boulangeries artisanales. 92 % des Français affirment acheter du pain tous les jours dont 70 % provient de leur boulanger.

Photos : © PPO CD MULTIMEDIA - F. Parrou

Grenier à grains de l'Isère, le Trièves valorise les qualités nourricières de son terroir avec la marque « Pain aux céréales du Trièves ». La démarche pourrait aboutir à l'obtention d'un « label rouge ».

Pour faire du bon pain, il faut du bon grain. Et le blé du Trièves est peut-être l'un des meilleurs de France. Considéré comme le « grenier à grains » du Sud Isère depuis la fin du XIX^e siècle, ce petit territoire aux parfums du sud, situé entre 800 et 1 000 mètres d'altitude, bénéficie

de conditions climatiques idéales pour produire un bon blé. En hiver, le grain est protégé par quelques centimètres de neige, pouvant ainsi attendre des températures plus clémentes pour pousser. Dès le printemps, il est arrosé de soleil et bénéficie de toute l'énergie nécessaire pour se développer.

En 1997, une dizaine d'agriculteurs céréaliers du cru, une trentaine aujourd'hui, décident de valoriser les atouts du blé du Trièves et de promouvoir leur production en créant l'association pour la valorisation des céréales du Trièves (Valcetri). Face à la concurrence et aux nouvelles exigences des consommateurs, ils jouent ainsi la carte du terroir et du respect de l'environnement en s'engageant à ne produire qu'une certaine qualité de grain. Ainsi naît la marque "Pain aux céréales du Trièves", déposée avec la minoterie familiale Corréard à Clelles – un moulin créé au début du siècle dernier et qui travaille toujours dans le respect de la tradition. Comme l'explique André Villard, président de l'association Valcetri : « le blé doit être issu de semences certifiées, puis entreposé dans des silos qui lui sont réservés. Il est ensuite vendu en exclusivité à la minoterie Corréard, qui commercialise la farine. »

La filière a fait ses preuves : au-

jourd'hui, une soixantaine d'artisans boulangers situés dans tout le quart Sud-Est de la France vendent le pain du Trièves, avec une large gamme de farines issues de Valcetri. Pain biologique, de campagne, aux céréales, une large gamme est proposée aux consommateurs en quête d'authenticité et de produits sains. La prochaine étape pour 2007 sera une certification officielle « label rouge ». ■

>> Zoom

Un blé 100 % terroir

A une cinquantaine de kilomètres de Grenoble aux portes du Midi, le Trièves est connu pour ses paysages préservés. Entre Vercors et Dévoluy, ce petit pays de montagne offre un contraste saisissant entre la mosaïque de ses champs cultivés et le panorama en arrière plan qui forment la chaîne de l'Obiou et le Mont Aiguille. L'an dernier, les 27 agricul-



teurs de l'association Valcetri ont récolté 20 838 quintaux de blé sur 404 hectares dont ils ont issu près de 15 000 quintaux de farine.

Annick Berlioz