

MEL

BIO

FARINES & CÉRÉALES BIO

MEL

BIO

FARINES & CÉRÉALES BIO

MEL
BIO
FARINES & CÉRÉALES BIO

Un peu d'histoire...



D'où venons-nous et où allons-nous ?

Moisson-la-Rivière est un village situé au nord de la Loire-Atlantique situé à mi-chemin entre Nantes et Rennes.

Point haut du département, le village comptait à la fin du XIXème siècle 7 moulins dont plusieurs fonctionnaient encore à vent.

Fin des années 50, Raoul Lemaire et Jean Boucher, pionniers de l'agriculture biologique moderne, initient des essais agronomiques non loin de notre minoterie tenue à l'époque par Gaston LERAT.

Ensemble en 1965, ils associent leurs savoir-faire et décident d'emblaver, récolter et broyer 300 kg blés biologiques pour une première année d'essai.

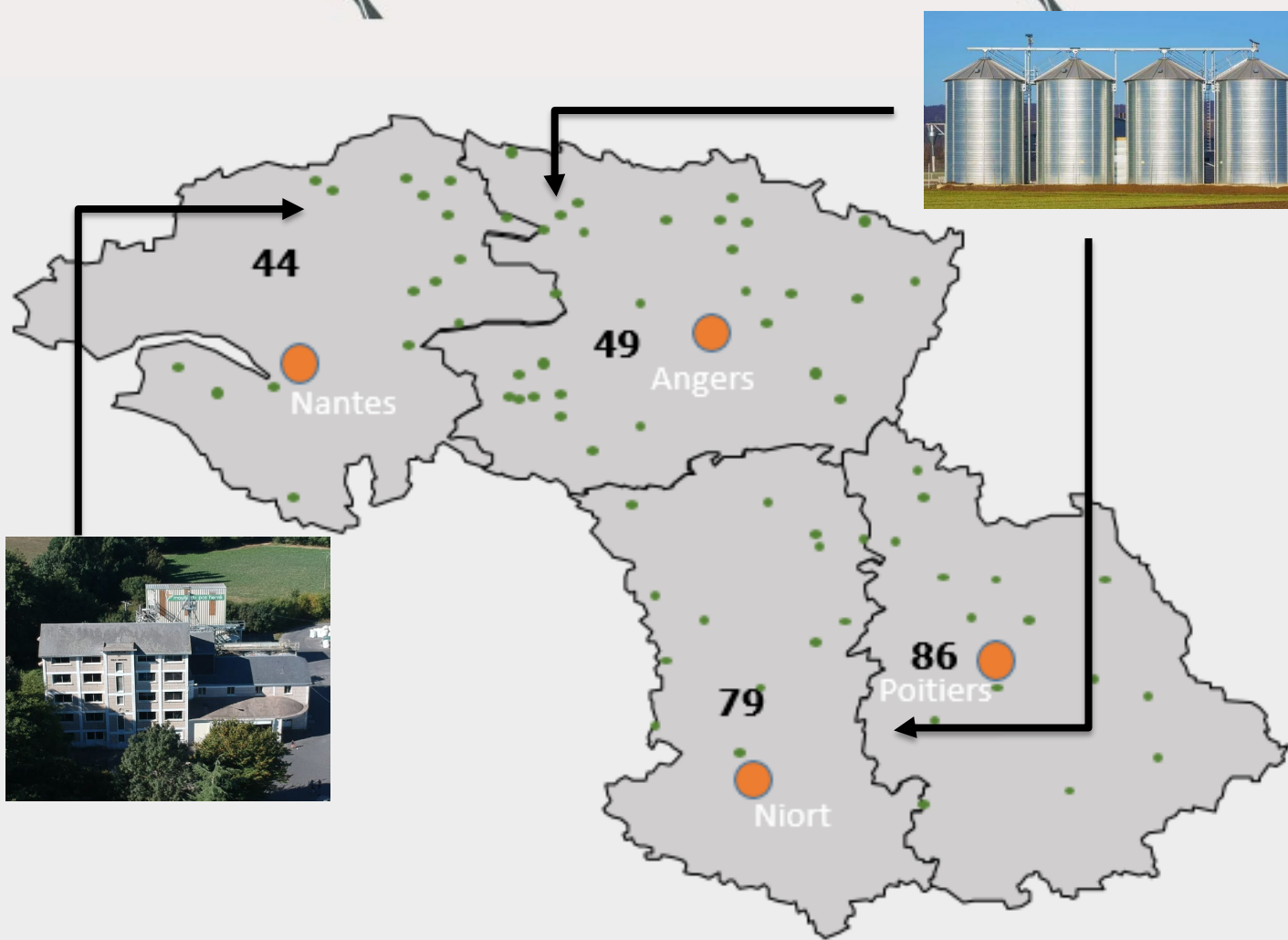
Essai concluant, année après année, la bio fait de plus en plus d'adeptes et Etienne LERAT, en prenant la relève de son père en tant que meunier, dédie entièrement en 1983 son moulin à l'agriculture biologique ; il crée la marque MELBIO en 1996.

Dans le but construire une filière biologique durable, le moulin est ensuite cédé à la CANA, une coopérative agricole de l'Ouest en 2005.

Aujourd'hui en 2018, riche de cette expérience, nous continuons d'approfondir notre technique agronomique et meunière afin de vous apporter les meilleurs farines biologiques.



Nos producteurs de Blés



● Producteurs de Blés BIO



L'ensemble de la gamme MELBIO

Gamme Easy' Bio – Farine sur cylindre

Melbio Farine T65 easy'bio
Melbio Farine T80 easy'bio
Melbio Farine Complète easy'bio
Melbio Farine Céréales et graines easy'bio
Melbio Farine Campagne easy'bio

Gamme Pur'Bio – Farine Spéciales

Melbio Farine d'épeautre Bise
Melbio Farine d'épeautre intégrale
Melbio Farine de petit épeautre
Melbio Farine de seigle T130
Melbio Farine de KAMUT intégrale
Melbio Farine de KAMUT Bise

Gamme Pur 'Bio – Farine sur meule

Melbio Farine T65 Meule (Tradition) Pur'bio
Melbio Farine T80 Meule Pur'bio
Melbio Farine T110 Meule Pur'bio
Melbio Farine T150 Meule Pur'bio

Gamme de graines BIO (Pour topping ou inclusion)

Melbio Sésame décortiqué
Melbio Graines de tournesol
Melbio Lin Brun
Melbio Lin doré
Melbio Graines de Courge
Melbio Avoine décortiqué
Melbio Flocons d'avoine
Melbio Flocons de 5 céréales variées
Melbio Sarrasin décortiqué
Melbio Graines de Chia
Melbio Quinoa



Baguette Bio

Les informations sur l'hydratation, le temps de pétrissage et la dose de levure sont à titre indicatif, elles peuvent varier selon le fournil et le matériel.

En pousse contrôlée ou lente, nous conseillons de diviser par 3 le dosage de levure par rapport au pain blanc

Ingrédients

Melbio Farine T65 Easy Bio	1000 g
Eau TB 52-56°	610 à 670g
Levure	15 g
Sel	18 g
Pate fermentée	200 g

Etapes

▼
Pétrin spiral

Température de pâte

Pointage

Diviser

Détente

Façonnage

Apprêt

Cuisson

Mode opératoire

▼
6min en V1 puis 7 min en V2 (+/-2min) pâte lisse

24°c

20 min en boulant légèrement la pâte

Mise en forme avec aspect lisse dessus et poids selon la forme souhaitée

20min

Sans trop de serrage

Identique à votre pain blanc.

BIEN METTRE LES GRILLES EN HAUT DE LA CHAMBRE

Même température que le pain blanc

Afin de réaliser ces pains Bio, vous devez être en conformité avec la législation sur la transformation de produits bio





Campagne Bio

Les informations sur l'hydratation, le temps de pétrissage et la dose de levure sont à titre indicatif, elles peuvent varier selon le fournil et le matériel.

En pousse contrôlée ou lente, nous conseillons de diviser par 3 le dosage de levure par rapport au pain blanc

Ingrédients

Melbio CAMPAGNE Easy Bio	1000 g
Eau TB 52-56°	630 à 690g
Levure	15 g
Sel	18 g
Pate fermentée	200 g

Etapes



Pétrin spiral

Température de pâte

Pointage

Diviser

Détente

Façonnage

Apprêt

Cuisson

Mode opératoire



6min en V1 puis 7 min en V2 (+/-2min) pâte lisse

24°C

20 min en boulant légèrement la pâte

Mise en forme avec aspect lisse dessus et poids selon la forme souhaitée

20min

Sans trop de serrage

Identique à votre pain blanc.

BIEN METTRE LES GRILLES EN HAUT DE LA CHAMBRE

Même température que le pain blanc

Afin de réaliser ces pains Bio, vous devez être en conformité avec la législation sur la transformation de produits bio





Complet Bio

Les informations sur l'hydratation, le temps de pétrissage et la dose de levure sont à titre indicatif, elles peuvent varier selon le fournil et le matériel.

En pousse contrôlée ou lente, nous conseillons de diviser par 3 le dosage de levure par rapport au pain blanc

Ingrédients

Melbio COMPLET Easy Bio	1000 g
Eau TB 52-56°	670 à 730g
Levure	15 g
Sel	18 g
Pate fermentée	200 g

Etapes



Pétrin spiral
Température de pâte
Pointage
Diviser
Détente
Façonnage
Apprêt
Cuisson

Mode opératoire



6min en V1 puis 8 min en V2 (+/-2min) pâte lisse
24
20 min en boulant légèrement la pâte
Mise en forme avec aspect lisse dessus et poids selon la forme souhaitée
20min
Sans trop de serrage
Identique à votre pain blanc.
BIEN METTRE LES GRILLES EN HAUT DE LA CHAMBRE
Même température que le pain blanc

Afin de réaliser ces pains Bio, vous devez être en conformité avec la législation sur la transformation de produits bio



T80 Bio

MEL
BIO
FARINES & CÉRÉALES BIO

Les informations sur l'hydratation, le temps de pétrissage et la dose de levure sont à titre indicatif, elles peuvent varier selon le fournil et le matériel.

En pousse contrôlée ou lente, nous conseillons de diviser par 3 le dosage de levure par rapport au pain blanc

Ingrédients

Melbio T80 Easy Bio	1000 g
Eau TB 52-56°	640 à 700g
Levure	15 g
Sel	18 g
Pate fermentée	200 g

Etapes

▼
Pétrin spiral

Température de pâte

Pointage

Diviser

Détente

Façonnage

Apprêt

Cuisson

Mode opératoire

▼
6min en V1 puis 7 min en V2 (+/-2min) pâte lisse

24°C

20 min en boulant légèrement la pâte

Mise en forme avec aspect lisse dessus et poids selon la forme souhaitée

20min

Sans trop de serrage

Identique à votre pain blanc.

BIEN METTRE LES GRILLES EN HAUT DE LA CHAMBRE

Même température que le pain blanc

Afin de réaliser ces pains Bio, vous devez être en conformité avec la législation sur la transformation de produits bio



Céréales et Graines Bio

Les informations sur l'hydratation, le temps de pétrissage et la dose de levure sont à titre indicatif, elles peuvent varier selon le fournil et le matériel.

En pousse contrôlée ou lente, nous conseillons de diviser par 3 le dosage de levure par rapport au pain blanc

Ingrédients

Melbio Céréales et Graines Easy Bio	1000 g
Eau TB 56°	620 à 680g
Levure	15 g
Sel	18 g
Pate fermentée	200 g

Etapes



Pétrin spiral

Température de pâte

Pointage

Diviser

Détente

Façonnage

Apprêt

Cuisson

Mode opératoire



6min en V1 puis 8 min en V2 (+/-2min) pâte lisse

24°c

20 min en boulant légèrement la pâte

Mise en forme avec aspect lisse dessus et poids selon la forme souhaitée

20min

Sans trop de serrage **AVEC TOPPING DES GRAINES BIO**

Identique à votre pain blanc.

BIEN METTRE LES GRILLES EN HAUT DE LA CHAMBRE

Même température que le pain blanc



Baguette Tradition Bio

Les informations sur l'hydratation, le temps de pétrissage et la dose de levure sont à titre indicatif, elles peuvent varier selon le fournil et le matériel.

En pousse contrôlée ou lente, nous conseillons de diviser par 3 le dosage de levure par rapport au pain blanc

Ingrédients

Melbio T65 Meule Pur'Bio	1000 g
Eau TB 60°	660g
Levure	15 g
Sel	19 g

Etapes



Autolyse

Pétrin spiral

Pétrissage Axe oblique

Température de pâte

Pointage

Diviser

Détente

Façonnage

Apprêt

Cuisson

Mode opératoire



30min

3-4min en V1 puis 6-8min en V2

3-4min en V1 puis 12-15min en V2

23-24°C

30min

340g /mise en forme courte

15min

En baguettes

1h30 à 2h

25min à 250° sur sole



Brioche Bio

Ingrédients

	Empois Froid	500g
	Melbio T80 Pur'Bio	250 g
	Melbio T65 Pur'Bio	250 g
	Eau	50 g
	Sel de Guérande	25 g
	Sucre Roux Bio	250 g
	Œufs Bio	300 g
	Levure	50 g
	Beurre Bio	400 g
<u>La veille, faire empois avec</u>		
Melbio T80 Meule Pur'Bio	250g	
Eau à 80°	250 g	

Etapes



La veille

Pétrissage au batteur

Temps pétrissage

Process

Pointage

Pesage

Détente

Façonnage

Apprêt

Cuisson

Mode opératoire



Faire un empois et refroidir

Fraser tous les ingrédients sauf le beurre et la moitié du sucre

5min en V1 puis 10min en V2

Incorporer le beurre progressivement puis le restant de sucre progressivement

1h puis au froid pendant 1h

En baguettes de 350g

30min au froid

En tresses à une branche mis en moule panibois

Environ 1h30 à 25°

Dorer et saupoudrer de sucre roux / 25min à 155°



MEL
BIO
FARINES & CÉRÉALES BIO

T80 Bio

Les informations sur l'hydratation, le temps de pétrissage et la dose de levure sont à titre indicatif, elles peuvent varier selon le fournil et le matériel.

En pousse contrôlée ou lente, nous conseillons de diviser par 3 le dosage de levure par rapport au pain blanc

Ingrédients

Melbio T80 Meule Pur'Bio	1000 g
Eau à 56°	680g
Levure	8 g
Sel de Guérande	18 g

Etapes



Autolyse

Pétrin axe oblique

Température de pâte

Pointage

Pesage

Détente

Façonnage

Apprêt

Cuisson

Mode opératoire



1h

10-15min en V1 puis 4min en V2

24°

1h puis mise à 2-4° de 12h à 48h

?

Laisser revenir les pâtons à 13-15°

En baguettes de 330g

Environ 1h à température ambiante

Environ 22 min à 250°

Afin de réaliser ces pains Bio, vous devez être en conformité avec la législation sur la transformation de produits bio

MEL
BIO
FARINES & CÉRÉALES BIO

T110 Bio

Les informations sur l'hydratation, le temps de pétrissage et la dose de levure sont à titre indicatif, elles peuvent varier selon le fournil et le matériel.

En pousse contrôlée ou lente, nous conseillons de diviser par 3 le dosage de levure par rapport au pain blanc

Ingrédients

Melbio T110 Meule Pur'Bio	1000 g
Eau à 60°	750g
Levure	2 g
Sel de Guérande	30 g
Levain dur	400g
Eau de bassinage	50g

Etapes



Autolyse

Pétrin spiral ou batteur

Température de pâte

Pointage

Pesage

Détente

Façonnage

Apprêt

Cuisson

Mode opératoire



De 2h à 4h

10min en V1 puis 1min en V2

23°

2h avec rabat à 1h

En tourtes de 1 à 1,2Kg

15min

En bannetons farinés

Environ 15h à 8°

1h à 230-240° sur sole

Afin de réaliser ces pains Bio, vous devez être en conformité avec la législation sur la transformation de produits bio



Complet Bio

Les informations sur l'hydratation, le temps de pétrissage et la dose de levure sont à titre indicatif, elles peuvent varier selon le fournil et le matériel.

En pousse contrôlée ou lente, nous conseillons de diviser par 3 le dosage de levure par rapport au pain blanc

Ingrédients

Melbio T150 Meule Pur'Bio	1000 g
Eau à 60°	770g
Levure	2 g
Sel de Guérande	30 g
Levain dur	400g
Eau de bassinage	50g

Etapes

Autolyse

Pétrin spiral ou batteur

Température de pâte

Pointage

Pesage

Détente

Façonnage

Apprêt

Cuisson

Mode opératoire

De 2h à 4h

10min en V1 puis 1min en V2

23°

2h avec rabat à 1h

En tourtes de 1 à 1,2Kg

15min

En bannetons farinés

Environ 15h à 8°

1h à 230-240° sur sole

Afin de réaliser ces pains Bio, vous devez être en conformité avec la législation sur la transformation de produits bio



Epeautre Bio

Les informations sur l'hydratation, le temps de pétrissage et la dose de levure sont à titre indicatif, elles peuvent varier selon le fournil et le matériel.

En pousse contrôlée ou lente, nous conseillons de diviser par 3 le dosage de levure par rapport au pain blanc

Ingrédients

Melbio Epeautre Bise Pur'Bio	750 g
Melbio T65 Meule Pur'Bio	250g
Eau à 60°	650g
Levure	10 g
Sel de Guérande	20 g
Pate fermentée	200g
Eau de bassinage	100g

Etapas

Autolyse

Pétrin spiral

Bassinage

Température de pâte

Pointage

Pesage

Détente

Façonnage

Apprêt

Cuisson

Mode opératoire

1h

8-10min en V1 puis 2min en V2

En fin de pétrissage

24-25°

45min avec rabat puis mise à 4°

340g /mise en forme courte

15min

En baguettes à gris sur couche farinée

Environ 1h

Lamer en Polka - 25min à 250° sur sole

Afin de réaliser ces pains Bio, vous devez être en conformité avec la législation sur la transformation de produits bio



MEL
BIO
FARINES & CÉRÉALES BIO

Petit Epeautre Bio

Les informations sur l'hydratation, le temps de pétrissage et la dose de levure sont à titre indicatif, elles peuvent varier selon le fournil et le matériel.

En pousse contrôlée ou lente, nous conseillons de diviser par 3 le dosage de levure par rapport au pain blanc

Ingrédients

Melbio Petit Epeautre Pur'Bio	1000 g
Eau à 40°	1200g
Sel de Guérande	32 g
Levain dur	1000g
Bassinage	100g

Etapes

▼
Pétrissage au batteur
Température de pâte
Pointage
Pesage
Façonnage
Apprêt
Cuisson

Mode opératoire

▼
10min en V1 puis 5min en V2
26°
1h15 environ
Peser à 500g et bouler légèrement
En bannetons bien farinés
45min
À 250° - four tombant

Afin de réaliser ces pains Bio, vous devez être en conformité avec la législation sur la transformation de produits bio

MEL
BIO
FARINES & CÉRÉALES BIO

Tourte de Seigle Bio

Les informations sur l'hydratation, le temps de pétrissage et la dose de levure sont à titre indicatif, elles peuvent varier selon le fournil et le matériel.

En pousse contrôlée ou lente, nous conseillons de diviser par 3 le dosage de levure par rapport au pain blanc

Ingrédients

Melbio Seigle T130 Pur'Bio	1400 g
Eau à 70°	1200g
Sel de Guérande	50 g
Levain dur	1000g

Etapes

▼
Pétrissage au batteur
Température de pâte
Pointage
Façonnage
Apprêt
Cuisson

Mode opératoire

▼
10min en V1
35°
1h30 environ
En bannetons bien farinés
45min
Avec beaucoup de buée À 260° - four tombant

Afin de réaliser ces pains Bio, vous devez être en conformité avec la législation sur la transformation de produits bio

MEL
BIO
FARINES & CÉRÉALES BIO

Campagne Bio

Les informations sur l'hydratation, le temps de pétrissage et la dose de levure sont à titre indicatif, elles peuvent varier selon le fournil et le matériel.

En pousse contrôlée ou lente, nous conseillons de diviser par 3 le dosage de levure par rapport au pain blanc

Ingrédients

Melbio KAMUT Bise	250 g
Melbio T65 Meule Pur'Bio	750g
Eau à 65°	750g + 50g bassinage
Levure	7 g
Sel de Guérande	20 g
Levain dur Bio	200g
Graines de lin brun et graines de sésame	50g + 50g

Etapas



Pétrissage au batteur
Bassinage
Température de pâte
Pointage
Pesage
Détente
Façonnage
Apprêt
Cuisson

Mode opératoire



8min en V1 puis 2-4min en V2
Bassiner avec les 50g d'eau
23-24°
1h avec rabat à 30min si nécessaire
425g
15min
En pains de 35/40cm de long
De 45min à 1h puis mise au froid à 10°
à 250° puis finir en séchant

Afin de réaliser ces pains Bio, vous devez être en conformité avec la législation sur la transformation de produits bio

La graine de sésame décortiquée

MEL
BIO

FARINES & CÉRÉALES BIO



Un peu d'histoire :

Dans les contes des 1001 nuits, Ali Baba prononce son célèbre **Sésame, ouvre-toi!** qui ouvre la porte de la caverne et lui donne accès aux trésors accumulés par les 40 voleurs.

Pour certains, ce conte rappelle l'importance que joue depuis toujours cette plante dans l'alimentation humaine.

Ses graines étaient consommées en Inde il y a plus de 7 500 ans et en Chine il y a 5 000 ans, comme en témoignent les vestiges archéologiques qu'on a mis au jour dans ces deux pays.

Parmi les qualités qui ont contribué à sa popularité sous ces climats, citons sa résistance à la sécheresse, la facilité avec laquelle on peut extraire son huile, de même que la grande stabilité de cette dernière.

Ses valeurs nutritionnelles :

Source de protéines, Riche en fibres et en acide linoléique (oméga 6)

Riche en Sélénium , en magnésium, en calcium, en manganèse, en fer, en cuivre, en zinc et en phosphore.

Riche en vitamines B1, B3, B6 et B9

MEL
BIO
FARINES & CÉRÉALES BIO

La graine de lin brun et lin doré



Un peu d'histoire :

Depuis des millénaires, l'homme a toujours cultivé le lin pour sa fibre et ses graines. Des archéologues ont ainsi découvert les premières traces de fibres de lin datant de 36 000 ans av J.C. dans la région du Caucase, faisant du lin l'une des plus vieilles fibres textiles jamais utilisées.

Leurs valeurs nutritionnelles :

Source de protéines, Riche en fibres, en acide alpha-linolénique (oméga 3) et en acide linoléique (Oméga 6)

Excellent rapport Oméga6 / Oméga3 (<5)

Riche en potassium, en magnésium, en manganèse, en fer, en cuivre, en zinc et en phosphore.

Source de calcium.

Riche en vitamines B1 et B9 ; source de vitamines B3, B5 et B6

MEL



FARINES & CÉRÉALES BIO

La graine de courge



Un peu d'histoire :

Originaire des Amériques du Nord et du Sud, la **citrouille** aurait été domestiquée au Mexique il y a 8 000 ans à 10 000 ans, peut-être même avant. Les Menominis, des Algonquiens, employaient les **graines de citrouille** comme diurétique. Les colons d'Amérique du Nord les broyaient et les mélangeaient à de l'eau, du lait ou du miel pour en faire un vermifuge. Les Cherokees s'en servaient également pour traiter l'énurésie (pipi au lit) chez les enfants.

Leurs valeurs nutritionnelles :

Riche en protéines, en fibres et en acide linoléique (Oméga 6)

Riche en potassium, en magnésium, en manganèse, en fer, en cuivre, en zinc et en phosphore.

Riche en vitamines B3 ; source de vitamines B1, B9 et E.

MEL
BIO
FARINES & CÉRÉALES BIO

Le grain de quinoa



Un peu d'histoire :

Le quinoa est une pseudo céréale (elle ne fait pas partie des graminées).

C'est une plante originaire des Andes, et plus précisément des alentours du lac Titicaca, entre le Pérou et la Bolivie. Elle existe et est cultivée depuis plus de 5000 ans dans de nombreux pays de l'Amérique du Sud.

Les incas la cultivaient sur les haut-plateaux, il semble que les terres en altitude étaient favorables à son bon développement.

Le quinoa était adoré, il était d'ailleurs appelé « *chisiya mama* » ce que signifiait « *mère de tous les grains* ».

Leurs valeurs nutritionnelles :

Source de protéines, Riche en fibres.

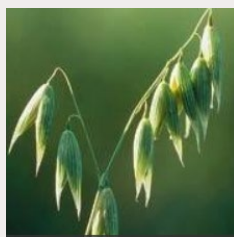
Riche en potassium, en magnésium, en manganèse, en fer, en cuivre et en phosphore ; Source de zinc

Riche en vitamines B6 et B9 ; source de vitamines B1, B2.

MEL
BIO
FARINES & CÉRÉALES BIO

L'avoine ...

Qui une fois passé sous
presse devient un flocon
d'avoine



Un peu d'histoire :

D'après les études archéologiques, l'origine de l'avoine remonte à 2000 ans avant JC. Les Romains et les Grecs considéraient l'avoine comme une mauvaise herbe, et qu'elle était plus adaptée à l'alimentation animale. Depuis lors, le flocon d'avoine est devenu la première céréale consommée dans le monde au petit déjeuner.

Leurs valeurs nutritionnelles :

Source de protéines, Riche en fibres.

Riche en magnésium, en manganèse, en fer, en cuivre, en zinc et en phosphore ;

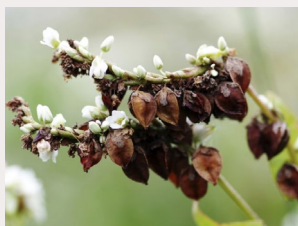
Source de potassium et de sélénium.

Riche en vitamines B1 et B9.

MEL
BIO

FARINES & CÉRÉALES BIO

Le sarrasin décortiqué (ou blé noir)



Un peu d'histoire :

Originaire d'Asie centrale et de Sibérie, le sarrasin a été vraisemblablement introduit en Europe, par les Turcs et les Mongols, au Moyen-âge. Il fut d'abord cultivé aux environs de la Mer Noire, d'où les échanges commerciaux l'ont transmis à toute l'Europe centrale puis à l'Europe occidentale. Cependant, des restes de pollen semblent indiquer que le sarrasin fut cultivé en Armorique à l'âge de Fer. En France, il fut popularisé en Bretagne par la duchesse Anne. Faussement appelé « blé noir », le Sarrasin est une plante de la même famille que l'oseille et la rhubarbe.

Valeurs nutritionnelles du grain de sarrasin décortiqué (blé noir) : naturellement sans gluten.

Source de protéines, faible en matières grasses, Source de fibres.

Riche en magnésium, en manganèse, en cuivre, en phosphore et source de zinc et de fer.

source de vitamines B1, B6 et B9

MEL
BIO
FARINES & CÉRÉALES BIO

La graine de chia



Un peu d'histoire :

La chia est une plante herbacée annuelle de la famille des Lamiacées, originaire du Mexique. Cette sauge était cultivée pour ses graines alimentaires à l'époque précolombienne par les Amérindiens. Les graines de chia, qui furent une des bases de l'alimentation de plusieurs anciens peuples du Mexique, servirent aussi à des fins médicinales et comme offrandes aux dieux aztèques.

Leurs valeurs nutritionnelles :

Source de protéines, Riche en fibres et riche en acide alpha-linolénique (oméga 3) et en acide linoléique (Oméga 6)
Excellent rapport Oméga6 / Oméga3 (<5)
Riche en calcium, en magnésium, en manganèse, en fer, en cuivre, en zinc et en phosphore ;
Source de potassium.
Riche en vitamines B1, B3 et source de vitamine B9.

MEL
BIO
FARINES & CÉRÉALES BIO

La graine de tournesol



Un peu d'histoire :

Ce sont les Amérindiens de l'actuel Mexique et du Sud des États-Unis qui l'ont domestiqué en premier, cela pour les utiliser en tant qu'aliment, pour ses propriétés médicinales et en tant que teinture.

Les graines étaient l'aliment principal des communautés d'Amérique Centrale, ancêtre des Aztèques, qui ne connaissaient pas encore les haricots, le maïs et la graine de chia. On les réduisait en poudre pour les intégrer dans les préparations. On doit la popularisation des graines de tournesol aux Russes, particulièrement à Pierre Le Grand, tsar de Russie du 18^e siècle, qui importa des semences en Russie.

Ses valeurs nutritionnelles :

Source de protéines, Riche en fibres et en acide linoléique (oméga 6)

Riche en magnésium, en manganèse, en fer, en cuivre, en zinc et en phosphore.

Source de potassium et de sélénium.

Riche en vitamines B1, B6 et B9 ; source de vitamines B3.