



Respectus panis, ou faire du pain autrement

Adrien LE NOËL.

Pour préparer la deuxième édition de *Respectus panis*, une dizaine de boulangers se sont mis aux fourneaux. Le livre sortira en octobre.

Faire du pain à la manière de nos anciens, en utilisant des moyens modernes. C'est ainsi qu'Amandio Pimenta, boulanger en Auvergne et membre des Ambassadeurs du pain, présente l'ouvrage *Respectus panis : nutrition santé*.

Quatre thèmes de prévention

En pleine élaboration depuis vendredi 5 juillet, une dizaine de boulangers, pour certains Meilleurs ouvriers de France, ont planché jusqu'à mardi soir, pour finaliser un ouvrage se voulant ludique, à destination des particuliers comme des professionnels. On veut promouvoir une méthode de travail et de fabrication authentique en listant, notamment, les différentes vertus de ces pains-là, présente Dominique Planchot, président fondateur des Ambassadeurs du pain. Le livre tournera autour de quatre thèmes de prévention : le diabète, le cholestérol,

l'hypertension et l'apport en vitamines.

En utilisant des fibres d'avoine, par exemple, Amandio Pimenta assure que ses bienfaits font stagner ou atténuent la présence de cholestérol dans l'organisme. Pour ce faire, prévient Dominique Planchot, cela nécessite un travail différent, pas nécessairement plus long, mais avec davantage de savoir-faire, de rigueur et de vigilance. Ainsi, la farine utilisée est moins travaillée, davantage pure, et s'accommodant, notamment, aux personnes intolérantes au gluten. Après la sortie il y a deux ans de *Respectus panis, révélation d'une panification*, les membres des Ambassadeurs du pain préparaient, depuis maintenant un an, cet ouvrage, deuxième du nom. Il fallait recenser les différentes recettes de pains, leurs spécificités et, aussi, trouver les ingrédients nécessaires, liste Dominique Planchot. Des ingrédients issus d'Amérique du Sud, comme certaines graines, ou d'Afrique avec, par exemple, de la farine de baobab.

Le livre sera présenté au grand public et aux professionnels du

secteur lors du Mondial du pain, dimanche 20 octobre, à Nantes (Loire-Atlantique).

Respectus panis, ouvrage réalisé par les Ambassadeurs du pain, disponible, le 20 octobre, sur le site Internet de l'association : www.ambassadeursdupain.com



Dominique Planchot, à gauche, président fondateur des Ambassadeurs du pain, et Amandio Pimenta, membre de l'association.

■