

Les bénéfices de la fermentation sur levain

- Meilleure assimilation par l'organisme des composants et des minéraux du pain (digestion).
- Goût prononcé : développement d'une grande variété d'arômes.
- Excellente conservation des pains sur plusieurs jours.

Des matières premières de qualité

- Farines de meule pures, sans aucun additif, issues de l'agriculture biologique. Ces farines sont riches en minéraux, fibres et les germes de blé sont conservés lors de la mouture. Origine : Côte-d'Or.
- Sel non raffiné de l'Atlantique, mention Nature & Progrès, récolté main (Vendée, marais des Olonnes).
- Eau filtrée (osmose inverse) pour éliminer les résidus de pesticides et éliminer le chlore néfaste au levain.
- Four à chauffe indirecte écologique et durable, au bois de charbonnette local.

Le circuit court...

Nous privilégions l'utilisation d'un circuit court, afin de limiter le déplacement des matières et favoriser le maintien d'une agriculture paysanne respectueuse des traditions au plus près de chez vous.

Les farines, certifiées AB et transformées dans notre fournil sont issues de trois fermes de Côte-d'Or et Haute-Marne. Elles sont intégralement issues de la mouture des grains de céréales sur meule de pierre et sont sans aucun additif (pas d'ajout de gluten, d'amylases fongiques, d'acide ascorbique...).

Mention Nature et Progrès



NATURE
PROGRES

Adhérents à Nature et Progrès, nous nous engageons à suivre un cahier des charges exigeant. Notre démarche et nos produits sont annuellement contrôlés et agréés par une mention délivrée par cette association de soutien à l'agriculture biologique.

Vous souhaitez déguster nos produits ?

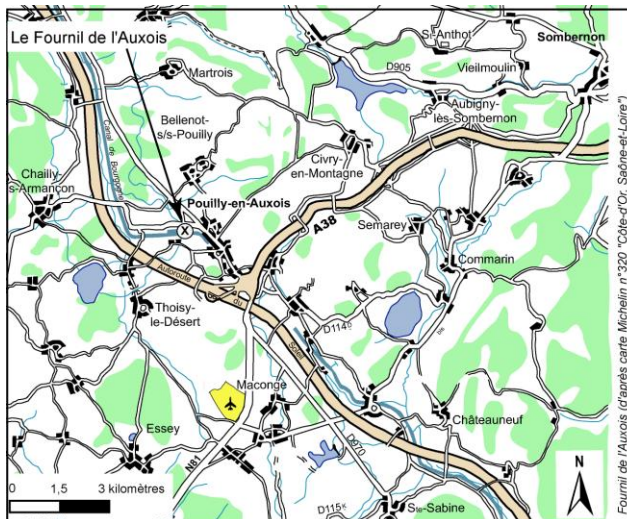
- **Commandez** l'avant-veille (48h) impérativement.
- Mentionnez précisément le type de produit (poids/pièce), la quantité souhaitée.
- Transmettez **vos coordonnées** précises afin que nous puissions vous contacter, en cas de besoin.
- ➔ Par **téléphone** (répondeur) au 03 80 90 67 33
- ➔ Par **courriel** : fournil.auxois@laposte.net (un courriel de confirmation validera la commande)

Récupérer sa commande

- Au **fournil** :
 - Mercredis : 12h00 - 13h30 et 18h30 - 20h15
➔ commande jusqu'au lundi soir minuit.
 - Jeudis : 12h00 - 14h00 et 18h - 20h30
➔ commande jusqu'au mardi soir minuit.
- Au **magasin** : les vendredis de 15h00 à 19h00.
➔ commande jusqu'au mercredi soir minuit.

Nous trouver

Nous sommes installés sur le Bassin, face à la halle au toueur, près de l'Institut du Canal de Bourgogne (Route de Saulieu, face au Gamm-Vert).



Le Fournil de l'Auxois

Graines de Bouquins

Pain au levain

Carte des pains



Pains artisanaux au levain naturel

Chaque pièce divisée et façonnée à la main est unique

3, rue du Port - 21320 Pouilly-en-Auxois
03 80 90 67 33 - fournil.auxois@laposte.net
www.fournil-auxois.blogspot.com



Graines de bouquins
SARL au capital de 5 000 euros
539 880 492 - R.C.S. DIJON



NATURE
PROGRES

PAINS DE CAMPAGNE AU LEVAIN

A base de farines de blé et de seigle bises (T80 et T90), sur fermentation longue au levain de blé. Excellente conservation. Se marient avec tous les plats.

Type de pains	prix/pièce	prix/kg
Baguette 250 g	1,50 €	6,00 €
Petite miché 500 g	2,60 €	5,20 €
Petit bâtard 500 g	2,60 €	5,20 €
Miché 1 kg	4,30 €	4,30 €
Jocko (bâtard) 1kg	4,30 €	4,30 €
Miché 1,5 kg	5,50 €	3,67 €
Pain long 1,5 kg	5,50 €	3,67 €
Grosse miché 2 kg	6,60 €	3,30 €

PAINS SPÉCIAUX AU LEVAIN

Blés anciens 500 g	2,80 €	5,60 €/kg
1 kg	4,50 €	4,50 €/kg

Un pain sur farine et levain de blés anciens : arômes subtils avec une belle mie crème alvéolée. Les protéines de gluten, plus fragiles, sont aussi plus facilement assimilées.

Complet 500 g	2,80 €	5,60 €/kg
1 kg	4,50 €	4,50 €/kg



Pain à base de farines de blé et de seigle complètes sur levain de blé. Un pain moins riche en calorie, de très bonne conservation. Association avec les fromages, peut se consommer grillé. En bâtards.

Engrain 500 g	4,40 €	8,80 €/kg
1 kg	7,50 €	7,50 €/kg



Pain à la farine bise de petit épeautre (engrain), ancêtre de nos blés. Fermentation sur levain d'engrain. Arôme original et délicat. Pain recommandé aux intolérants au gluten de blé. Bâtard ou miché (500 g), Miché (1kg).

Oberkulmer 500 g	3,60 €	7,20 €/kg
------------------	--------	-----------

Une variété de Grand Epeautre originaire d'Allemagne et rapportée des USA qui produit un pain aromatique et doux. Pain recommandé aux intolérants au gluten de blé. Sur levain d'Oberkulmer. En miches.

Pain de seigle 500 g	3,10 €	6,20 €/kg
1kg	5,00 €	5,00 €/kg



Pain à la farine de seigle complète sur levain de blé. Pour les amateurs, en accompagnement des fruits de mer, fromages. Riche en fibres, goût prononcé. En bâtard (ou miché sur demande).

Pain méteil 500 g	2,80 €	5,60 €/kg
1kg	4,50 €	4,50 €/kg



Pain composé de 50% de farine de seigle et 50% farine de blé bises. Un bon compromis entre le pain de seigle et le pain de froment. En miches.

Méteil fruité 400 g	3,50 €	8,75 €/kg
---------------------	--------	-----------

Base de méteil avec figues, raisins, abricots et amandes grillées pour des saveurs estivales. Accompagne vos petits déjeuners, foie gras, rillettes variées... pour des tonalités sucrées-salées. En bâtard.

PAINS AUX GRAINES AU LEVAIN

Tournesol-lin 500g	3,70 €	7,40 €/kg
--------------------	--------	-----------



Aux graines de tournesol et lin, riches en oméga 3. Pain couvert de graines de tournesol à la saveur grillée spécifique. Bâtard.

Multigraines 500g	3,70 €	7,40 €/kg
-------------------	--------	-----------

Graines de courge, pavot, sésame, tournesol et lin. Associe la palette de saveurs des différentes graines. Bâtard.

Raisin-noisettes 500g	3,70 €	7,40 €/kg
-----------------------	--------	-----------

Le raisin associé aux noisettes légèrement torréfiées. Bâtard court.

Raisin 500g	3,70 €	7,40 €/kg
-------------	--------	-----------



Le raisin sec offre une palette de saveurs douces et sucrées. Miché.

Pavot 500g	3,60 €	7,20 €/kg
------------	--------	-----------



Le pavot apporte une tonalité de grillé très agréable. Bâtard court.

Sésame 500g	3,60 €	7,20 €/kg
-------------	--------	-----------



"Sésame, ouvre-toi !" Un joli pain réhaussé de graines riches en nutriments, au goût unique. Bâtard court.

VIENNOISERIE

Gâche 250 g	3,60 €	14,40 €/kg
500 g	7,00 €	14,00 €/kg

Les mercredis, jeudis et vendredis uniquement. Brioche sucrée et délicatement parfumée, recette d'origine vendéenne. Au sel de Vendée, une brioche réalisée pur beurre, sur levain naturel exclusivement, pour une excellente conservation.