

1/10/2017

guide pratique à votre carte...

# Farines à pizza : bio, intégrale, traditionnelle



© Molino Felicità

### Variétés de blé tendre autochtones et anciennes d'Italie

L'Italie compte près de 260 variétés de blé tendre.

Parmi elles : Maiorca, Gentil Rosso, Verna, risiola, solina, grano del miracolo, Maiorca di pollina, ciciedda, bivona, jervicella, Germanella, Frassineto, et tant d'autres.

De plus en plus de pizzaiolos ont une exigence accrue d'ingrédients respectueux de la santé des consommateurs et de l'environnement. Pour la farine, ils se tournent volontiers vers des moulins travaillant du blé issu de l'agriculture biologique, local, voire des variétés anciennes en voie de réhabilitation, même s'ils sont plus difficiles à travailler.

Cette tendance est une aubaine pour de petits moulins qui ont toujours travaillé selon cette conception. C'est le cas de La Torre, spécialisé dans la culture de la variété autochtone de blé toscan Verna. Presque dépourvu de gluten (0,9 % contre 14 % pour un blé conventionnel), il est plus digeste. Moulu à la pierre, sans chauffage, le grain conserve ses propriétés organoleptiques et nutritionnelles. La mouture lente (60 à 100 tours par minute contre 300 à 350 pour la mouture industrielle par cylindres) favorise le développement de l'enzyme phytase facilitant l'assimilation du calcium et des autres minéraux qu'il contient. Il est très apprécié pour la saveur dense qu'il donne à la pizza (en vente auprès du restaurant parisien Il Vicolo et directement auprès de l'agritourisme pour des commandes supérieures à 10 kilos - [info@relaislatorre.com](mailto:info@relaislatorre.com)).



**FARINE BIO ONE PAR DECOLOGNE**  
C'est une farine 100 % blés bios Type 55 (type 0 pour une farine italienne) origine France adaptée au travail des pizzaiolos notamment grâce à un W situé autour de 300.  
<http://decollogne.fr>



**PREPARAZIONE PIZZA SENZA GLUTEN PAR FELICIA**  
À base d'amidon de maïs, farine de riz, fécule de pomme de terre, farine de maïs, fibre végétale et farine de sorgho, elle est facile à travailler pour des empêtements à la consistance homogène, lisse et élastique. En paquet de 500 g  
[www.glutenfreefelicia.com](http://www.glutenfreefelicia.com)

it). Pour les débutants dans son utilisation, La Torre suggère de « couper » la farine semi-complète Verna avec 10 à 15 % de farine conventionnelle. C'est tout à fait le type de farine que Patrick Ricci, pizzaiolo-propriétaire de Pomodoro & Basilico près de Turin affectionne. Il ne prend que des farines naturelles moulues à la meule de pierre. « Cela demande une grande connaissance du produit car de telles farines ne sont pas faciles à travailler », souligne-t-il. Mais les retours de ses clients sont très favorables. Il annonce que l'Italie compte près de 260 variétés de blé tendre (voir encadré) qui ne demandent qu'à être connues et utilisées. « D'autant que ces plantations préservent le territoire italien de catastrophes naturelles », développe-t-il. Pour tous les bienfaits de ces cultures, il aimerait que les agriculteurs qui les cultivent soient davantage mis en avant.

### Des moulins à taille humaine

Ce qui a conduit le pizzaiolo et militant Slow Food Julien Setri à travailler avec Molino Magri, au point d'en devenir l'ambassadeur en France. Installé à Marmirolo en Lombardie depuis 1929,



guide pratique à votre carte...



**GAMMES VARIÉES PAR MOLINO DALLAGIOVANNA**  
Gamme « les pizza » de 5 farines (E rosa W 250, N blu W 290, R verde W 340, S rossa W 390 et « la Napolitana »), approuvée par l'IAVPI. Gamme « Nobiligrano » avec le germe de blé en type 0 et 1 (E rosa W 210, N blu W 290, R verde W 340). Farine Uniqua Verde de Tritordeum, une céréale 100 % italienne née du mariage naturel de Forge sauvage et blé dur. Gamme Oltregrano, mélanges de blé dur de type 00 et/ou blé dur et autres céréales (La Ricca, La Reggina, La Gustosa, La Integrata, Avenepi, Cereali, Sorvepi). Préparations sans gluten et sans lactose pour intolérants.  
[www.dallagiovanna.it](http://www.dallagiovanna.it)



**MOLINO MAGRI**  
Le moulin propose une très large gamme de farines et autres ingrédients pour la pizza parmi lesquels le Red, farine de blé tendre type 0, W 200-360, pour longue maturation et pizza napolitaine. La Crockizza est un mélange de blé tendre, blé dur et soja qui permet de préparer une pizza particulièrement croquante à l'extérieur et moelleuse à l'intérieur.  
<http://molinomagri.com>

54

FRANCE PIZZA PIZZ - 15 SEPTEMBRE - OCTOBRE 2017

ce meunier a su préserver son caractère familial, sa taille humaine et la proximité avec ses clients. Historiquement l'entreprise préparait de la farine pour le pain. Ce qui explique qu'aujourd'hui encore, la gamme de farines à pain est composée de blé cultivé à kilomètre zéro travaillé en faible raffinage. Pour la pizza, l'activité du moulin s'est initialement concentrée à satisfaire les exigences de la pizza napolitaine. Ce n'est pas un hasard si Salvatore Ioniello, star de la pizza napolitaine, est ambassadeur Molino Magri pour cette catégorie. Nicola Iovine des pizzerias piémontaises Iovine's spécialisées en pizza napolitaine a lui aussi choisi Molino Magri. Aujourd'hui le moulin couvre l'ensemble des besoins des pizzaiolos. Julien Serri qui a pour projet d'ouvrir un établissement dédié à la pizza teglia salve ainsi les prouesses que permet le mix spécial mis au point pour ce type de pizza : préparer l'empêtement le matin pour faire des pizzas le soir est possible alors qu'un délai beaucoup plus grand est habituellement requis. Il est aussi amateur du Nucleo au quinoa soufflé puis torréfié qui donne un goût de noisette à la pâte et qui selon la combinaison imaginée par le pizzaiolo apporte une signature à sa pizza. « *Leurs farines sont propices à la créativité* », s'enthousiasme Julien Serri.

**La part du bio**  
L'instructeur de l'Association des Pizzerias Françaises Jean-Jacques Despauz travaille

quant à lui avec de la farine de moulin italien pour la force du W en maturation longue à laquelle il incorpore pour les fibres et les effets bénéfiques pour la santé, 20 % de farine semi-complète et du son issus de l'agriculture biologique d'un moulin voisin qui moud à la pierre. En tant qu'instructeur, il a pu tester toutes sortes de farines de toutes provenances. Il note que la farine de blé complet ne permet pas d'obtenir d'alvéolage de la pâte. Il explique que si une farine de type 65 est utilisée elle nécessitera des

adaptations pour parvenir au résultat souhaité. Contrairement aux sacs importés d'Italie, ceux des moulins français ne mentionnent pas la force de la farine, ce qui implique de faire des essais pour parvenir aux réglages des proportions, temps de cuisson, nécessaires à l'obtention de la pâte que l'on veut pour ses pizzas. En tant qu'ex salarié et actuel administrateur du groupement d'agriculture biologique pour les Hautes Pyrénées (GAB 65), Mathieu Carbault a évidemment fait le choix du bio pour la farine (celle du moulin de La Ribère) de son pain mais aussi des pizzas occasionnelles qu'il confectionne dans son établissement tarbais Les *Artistes boulangers*. Il ne travaille jamais de farines en dessous de T80 pour leur apport nutritionnel et dans celle qu'il emploie sont mélangées des variétés de blés modernes

et anciens (à hauteur de 20 à 30 %). Le pizzaiolo réputé Denis Lovatelli utilise lui aussi un mélange de farines biologiques de blé tendre moulu à la pierre pour son établissement Pizzeria d'Erto d'Alano di Piave en Vénétie. Il a choisi d'associer des farines de type 0 et de type 1 pour le mariage entre saveur traditionnelle (type 0) et prise en compte de la santé par l'apport de fibres de la type 1. Mouture à la pierre parce que la méthode préserve les propriétés organoleptiques de la farine. Il considère qu'utiliser du blé ancien est un défi qui permet de réhabiliter des variétés traditionnelles disparues. S'il s'en servait, il éviterait les garnitures trop créatives parce que dans ce cas il s'agit de valoriser surtout le goût du blé et de la pâte.

**Blé complet : avantages**  
Les farines utilisées par Antonio Pappalardo, fameux pizzaiolo dont La Cascina dei Sapori est installée à Rezzato en Lombardie, ne sont pas bio mais issues d'un blé 100 % italien (essentiellement d'Emilie Romagne), cultivé dans les règles de l'agriculture intégrée (utilisant au mieux les ressources naturelles). Elles sont moulées à la pierre, intégrale et semi-intégrale. Il a fait ce choix pour le goût, parce que c'est tout le grain du blé qui est utilisé, le germe et l'enveloppe pour une farine riche en protéines, fibres, sels minéraux et huiles. Le second argu-



**FARINES IAQUONE PAR CARNIATO**  
Le distributeur propose différentes typologies du moulin Iaquone : type 00 des gammes Luna gialla (W 300-320), Luna verde (W 290-250 et 100 % blés italiens), Luna Azzurra (W 390 - 400), Luna Nera Platinum (W 500 - 520) et Pizza alla Pala (W 280 - 300) en sac de 25 kg, recommandées par l'association des pizzerias italiennes mais aussi sans gluten (sachet d'1 kg) et de type 1 ou blé semi-complet moulu à la pierre (sac de 10 kg).  
[www.carniato.com](http://www.carniato.com)



**VERDE PIZZERIA A PAR MOLINO PASINI**  
Verde Pizzeria est une farine de type 00 reconnue par l'IAVPI (association vti pizza napolitaine). Temps de maturation moyen pour des empêtements du matin pour le soir ou le lendemain. Forte W 29 - 310. Disponible en sac de 10 à 25 kg.  
[www.molinopasini.com](http://www.molinopasini.com)

Si parla di ANDRIANI

online