



INTERVIEW

# PAINS & TRADITION

*Loin d'être des révolutionnaires!*

*C'est à Bascharage, au Sud du Luxembourg, ville connue pour sa bière que Jean Kircher et son équipe produisent du pain. Un pain traditionnel car hériter de méthodes ancestrales. Et ce qui était au départ un portrait d'entreprise a pris une toute autre tournure car Jean Kircher souhaitait délivrer un message fort qui exprime sa lutte contre la «malbouffe» et la volonté de vendre le bon produit au juste prix.*



Interview

# JEAN KIRCHER

## FONDATEUR DE « PAINS & TRADITION »

*“ Nous mettons 4 à 5 heures pour produire notre pain ! ”*

**Monsieur Kircher, vous semblez mécontent. Qu'avez-vous sur le cœur ?**

C'est simple, nous faisons du pain, plein de gens font du pain, des boulangers, des industriels. Sans compter ceux qui le vendent et qui ne le produisent pas. Il existe une vaste industrie autour du pain et le message diffusé tourne toujours autour de la qualité, la tradition, la fraîcheur et le goût. Tout le monde joue sur ces valeurs ancrées dans l'inconscient collectif, le pain étant sacré dans la culture judéo-chrétienne comme dans d'autres cultures, par ailleurs. Il est difficile de se faire entendre au milieu de toutes ces voix et ce, d'autant plus que l'on a fait au pain une réputation de mauvais aliment.

**Que voulez-vous dire par là ?**

La plupart de ce que nous consommons aujourd'hui est produit de façon industrielle, la traçabilité et l'hygiène sont présentes mais pollués par des traitements chimiques. Evidemment derrière ces pratiques se cache la notion de rendement, un rendement qui doit être maximal. Par exemple, une vache produit aujourd'hui 40 à 45 litres par jour. Une vache traditionnelle produit, quant à elle, de 15 à 20 litres. Ce rendement s'obtient au détriment du sol en l'appauvrissant, et des animaux qui sont plus facilement malades et doivent être traités aux antibiotiques.



**Et le pain dans tout cela ?**

C'est simple, en industrie on parvient aujourd'hui à faire une baguette en 45 minutes. La combinaison de l'industrialisation et de la recherche de rendement. Cela est possible en faisant l'impasse sur une étape fondamentale, la fermentation. Nous mettons 4 à 5 heures pour produire du pain en respectant le processus naturel. Nous travaillons avec une fermentation à température ambiante avec seulement de 0,2 à 0,3% de levure contrairement à l'industrie qui en utilise de 2 à 3%. Nous avons opté pour la tradition.





#### Qu'en est-il du boulanger moderne ?

Le boulanger moderne fait une fausse fermentation longue car elle est interrompue par le froid et une mise au frigo de 6 à 8 heures. Sortie du frigo la pâte est exposée à une température de 30 ou 40 degrés, ce qui est tout, sauf naturel. Chez «Pains & Tradition» nous travaillons selon des règles «à l'ancienne», nous ne sommes pas des révolutionnaires. La méthode artisanale est notre choix et elle est garante d'une qualité incomparable.

#### Quels sont les ingrédients d'une bonne pâte ?

Une bonne hydratation et une quantité de farine équilibrée. La farine c'est du sucre qui, lorsqu'on l'hydrate, se transforme en alcool, en CO<sub>2</sub> et en arômes. Si le mélange n'est pas équilibré, la pâte est trop sèche et donc pas aboutie et le résultat est un produit indigeste. Comme si vous mangiez de la farine... Enfin, il faut une bonne fermentation.

#### Les rabats, une marque de fabrique ?

La fermentation longue et les rabats, ce sont eux qui déclenchent les activités enzymatiques. Enzymes et bactéries ont besoin d'oxygène. La pâte étant un «milieu fermé» les enzymes cessent de travailler après une heure car l'oxygène manque. C'est là que nos boulangers entrent en jeu en rabattant la pâte. Le CO<sub>2</sub> est ainsi expulsé et redonne de l'oxygène à la pâte qui après son passage au four donnera le bon pain attendu. Les rabats sont avant tout un mouvement de réoxygénation. Là encore, que de la tradition, pas de révolution.

#### Que dit l'index glycémique ?

Cet index sert à classer les aliments contenant des hydrates de carbone. Je rappellerai que les pains modernes, mal fermentés présentent des valeurs trop élevées, entre 70 et 90 GI et contiennent donc du sucre rapide (le mauvais sucre). Nos pains ont un index qui se situe entre 39 et 44 GI. Avec cet index le pain n'est pas mauvais pour la santé car il contient des sucres lents, mieux assimilés.

#### Cela ressemble à un message politique...

Vous avez raison. Imaginez, pour retrouver les mêmes vitamines que dans une pomme des années 50, il faudrait aujourd'hui en manger une quarantaine. Notre alimentation, du point de vue de l'hygiène est parfaite, mais à tel point que sur le long terme elle peut rendre malade. À mes yeux, l'alimentation est notre médecine de base. Je suis convaincu que 90 % des maladies proviennent de ce que nous mangeons. Je ne suis pas le seul de cet avis, loin de là. Lorsque je suis dans un magasin et que j'observe les caddys, je suis à chaque fois choqué par cette masse de «malbouffe», plats préparés, pizzas surgelées, sauces en boîtes. C'est triste de voir que les gens ne prennent plus le temps de préparer un vrai repas. Ce n'est pas si difficile de faire une bolognaise. À l'heure où tout le monde suit les émissions de cuisine à la télé, le plaisir de cuisiner se fait rare, un triste paradoxe.





### C'est un sujet extrêmement vaste...

... mais que peu de politiciens osent attaquer de front. Bien se nourrir a un effet bénéfique sur la santé des gens donc, des caisses de maladies. Bien sûr, je suis bien conscient que pour des raisons financières beaucoup de consommateurs n'ont pas vraiment le choix. Mais 20% de la population sont conscients de l'enjeu d'une bonne alimentation. Que doit-on penser d'une «eau naturellement gazeuse à la source» dont on extrait le gaz et que l'on gazéifie à nouveau? Ce n'est plus le même produit. Je réaffirme que l'alimentation est notre première médecine et qu'il serait temps de vendre les bons produits au bon prix. Somme toute, chez RAK Porcelain dans votre métier, vous menez le même combat que nous «Pains & Tradition» dans le nôtre.

[www.pains-tradition.com](http://www.pains-tradition.com)



## PAINS & TRADITION

*Originaire d'une famille de meuniers – l'histoire de la famille Kircher remonte à 1760 – Jean Kircher a fait ses débuts dans le monde de la boulangerie en 1999. Aujourd'hui «Pains & Tradition» produit plus de 10 tonnes de pain par jour sur deux sites distincts et compte environ 120 employés y compris ceux du moulin Kircher en Alsace (France).*

*Les Émirats, la Russie, le Japon, la Scandinavie... Tout le monde craque pour les produits de «Pains & Tradition». Parmi les clients on compte également une petite centaine de restaurants qui affichent des étoiles au guide Michelin. En quoi consiste la technique de «Pains & Tradition»? Un pétrissage lent, une fermentation durant au moins quatre heures qui garantit une bonne activité enzymatique, enfin plusieurs rabats pour réintroduire l'oxygène. Après être façonné, le pain va encore une fois fermenter avant de passer au four à 250°C. La cuisson est arrêtée au deux tiers, puis les pains sont surgelés à -35°C et peuvent ainsi se conserver longtemps et être expédiés dans le monde entier.*

*L'entreprise a également décidé d'investir dans la formation qui est dispensée en grande partie en interne. Cette politique porte ses fruits: Le personnel est très fidèle et s'identifie fortement à «Pains & Tradition» garantissant l'excellence et le niveau de qualité.*