

Visite de la Ferme Galopain

Dégagnac & Concorès (46-Lot)

Le 20 mars 2025

Partenariat entre producteur et Consom'acteurs46

Le producteur s'engage à respecter la charte des AMAP et les 10 principes de l'agriculture paysanne.

Sébastien Passarieu, paysan boulanger, fournit l'AMAP de Gourdon en pain à base de céréales cultivées sur sa ferme à Concorès et Dégagnac.



La ferme

- Nom de l'exploitation : ferme Galopain
- Type de productions : farines de blé, de seigle, de petit épeautre
- Type de production destinée à l'AMAP : pains en plusieurs formats
- Taille de l'exploitation : 20 ha dont 8 ha en prairie permanente
- Âge de l'exploitation : 9 ans
- Origine des semences : Produites à la ferme exemptes d'OGM
- Gestion du sol : 12 ha en rotation, le reste en prairie permanente.

1/3 céréales

1/3 prairies temporaires (prairies de 5 ans max)

1/3 légumineuses (pois chiches, féveroles, ...)

Respect de l'environnement

- Les **adventices** sont gérées par la rotation notamment de la luzerne, les faux-semis, le passage d'une herse étrille.
- Les rotations aident à l'**amendement** des sols. Une éleveuse de Peyrilles fournit du lisier contre de la paille. Ponctuellement apport de potasse et phosphore si besoin.
- Sébastien choisit de travailler sur sol vivant ce qui entraîne une bonne biodiversité et permet de lutter contre les **maladies**.
- **Aucun produit chimique** n'est utilisé.
- Les variétés sont sélectionnées et mélangées par taille des pailles.
- Les cultures ne sont **pas irriguées**...ce qui serait parfois un plus pour sauver des cultures qui souffrent par temps très chaud.
- A la récolte, les grains sont triés et conservés dans des silos ventilés

Panification

- Sébastien réalise la mouture au fur et à mesure de ses besoins sur un moulin à **meule de pierre de type Astrié** qui permet une excellente qualité nutritive de la farine avec peu d'oxydation de ses éléments (peu de chauffe de la farine) ainsi que la conservation du germe de blé dans la farine.
- La panification se fait avec une **farine dite bise (T80-90)**. C'est une farine semi complète qui contient suffisamment d'éléments minéraux, mais sans l'acide phytique qui se trouve dans le son et qui a l'inconvénient de diminuer l'absorption des minéraux par le corps humain.
- Sébastien utilise un **levain naturel** (une culture vivante de farine et d'eau qui fermente naturellement) pour ses bienfaits nutritifs et la bonne conservation du pain.
- La cuisson se fait au **feu de bois dans un four à chauffe directe par gueulard** qui permet une optimisation de consommation de bois dans un foyer à haut rendement.

