

Pain du Grand Entremont

Goûtez le pain au levain 100% local.



Le goût des cimes, une agriculture de montagne dynamique.

Trois vallées (Bagnes, Entremont et Ferret), trois Dranses, un décor alpin exigeant : cette diversité confère à la région du Grand Entremont un terroir unique qui donne vie à des produits d'exception, portés par le savoir-faire de paysans passionnés.

Découvrez-en chaque mois une facette sur cette page de l'Echo des Dranses.

La culture des céréales dans le Grand Entremont

Si l'agriculture du Grand Entremont repose avant tout sur son économie laitière, notre région n'est pas que le pays des vaches et des fromages. Les vallées de Bagnes et d'Entremont produisent en effet annuellement environ 30 tonnes de **seigle** et 30 tonnes de **blé**, des chiffres qui peuvent varier en fonction des conditions climatiques et des surfaces allouées chaque année par une dizaine d'agriculteurs à la culture de céréales.

Ces cultivateurs, principalement de Liddes et de Vollèges, choisissent chaque année entre 15 et 20 ha de terres avec peu de pente qu'ils vont labourer pour planter des céréales, souvent deux années de suite, avant de repasser les terres en prairies ou de cultiver encore pendant une année des pommes de terre. La rotation des cultures est une pratique agricole millénaire qui renforce la fertilité du sol. Dans nos vallées de montagne, elle permet de « nettoyer » les prés tout en épandant davantage de fumier et en produisant de la paille pour le bétail. On aime dire ici que cette rotation « fait de belles prairies » qui vont donner un fourrage de qualité pour les vaches.



©APAGE | Valérie Moulin

Une moissonneuse-batteuse collective

Les producteurs sont organisés en une société coopérative, la « Batteuse de Vollèges » présidée par Frédéric Marquis, qui possède une moissonneuse-batteuse et coordonne les récoltes.

Le temps, où chaque agriculteur avait quelques parcelles où le seigle et le blé séchaient au champ après avoir été fauchés à la faucille avant d'être transportés en gerbes dans les raccards où les épis étaient battus au fléau, est donc bien révolu. Mais l'important est de faire perdurer dans nos vallées la culture de céréales qui était un pilier de l'alimentation des régions alpines avant la culture intensive de blé en plaine.

La farine et le pain du Grand Entremont

Une grande partie de la récolte de Liddes et Vollèges est prise en charge par le Groupe Minoteries SA (GMSA) qui élabore pour les boulangeries du Grand Entremont un mélange composé d'un tiers de farine de froment bise, un tiers de farine de froment complet et un tiers de farine de seigle. Les boulangers de la région se sont en effet mis ensemble pour définir une recette commune afin de proposer aux consommateurs un pain fabriqué entièrement avec les céréales locales. Le **Pain du Grand Entremont** est ainsi 100% de chez nous. Sa fabrication à partir de levain lui garantit une conservation de plusieurs jours et un goût typé.

Avec l'ouverture prévue cet été par GMSA d'un nouveau moulin à Riddes doté d'une meule de pierres à mouture lente, le Grand Entremont espère à l'avenir proposer également une farine mi-blanche que les boulangers pourront utiliser pour produire d'autres gourmandises valorisant le blé local.



©APAGE | Jean-Baptiste Moulin

La culture des céréales

La culture des céréales est une activité ancestrale dans l'Entremont. Elle aurait pu disparaître avec l'arrivée des boulangeries industrielles et l'importation de farine d'autres régions où la culture mécanisée à large échelle est plus facile que dans nos vallées aux pentes souvent escarpées. Mais elle a subsisté, comme héritage de ce temps où la plaine du Rhône n'était qu'un vaste marécage et où la montagne était alors considérée comme le « grenier de la plaine ». Aujourd'hui, plusieurs petits commerces de la région proposent de la farine de nos paysans, permettant aux consommateurs désireux de jouer la carte locale de faire leur pain avec des céréales d'ici.

Alexandre Frossard a hérité d'un moulin à pierres utilisé déjà par son grand-père quand les paysans vendaient en plaine des céréales en échange de raisins. Même si sa récolte de céréales est aujourd'hui en grande partie prise en charge par le Groupe Minoteries SA, il en garde quelques dizaines de kilos qu'il moule directement sur son exploitation. Sa farine de blé complète est vendue à La Levronintze ainsi qu'aux Laiteries d'Étiez et d'Orsières.

De la farine locale pour les fours banaux

À Vollèges aussi, Sébastien Sauthier a installé sur sa ferme un moulin à pierre dans le but de pouvoir fournir le four banal avec de la farine locale. Il propose également cette dernière en sacs de 10 kilos à des clients du coin qui aiment faire leur propre pain.

© APAGE | Martine Jaques-Dufour



Moulin à meule de pierre de Sarreyer que l'on peut voir en activité notamment lors de la Journée suisse des Moulins le samedi suivant l'Ascension.

Le four banal de la Chenoz à Liddes a pour sa part rajouté à sa recette d'antan de la farine du Grand Entremont pour renforcer son ancrage local et mettre en valeur les céréales qui poussent autour de son village. Le bâtiment qui abrite la chambre à pain et le four a été restauré en 2021, et la cuisson des pains a repris vie en mai 2022 avec l'association du four banal.

Le moulin de Sarreyer : relancer la culture d'une céréale ancienne

A Sarreyer, l'Association Amis du moulin et du Four à pain s'occupe de la culture de blé et de seigle sur quelques petites parcelles du village. Ces céréales sont directement moulues au moulin qui a la particularité de pouvoir également, grâce à une seule roue verticale, scier du bois à l'étage supérieur et broyer



Le four banal de la Chenoz

les pommes au rez-de-chaussée. La farine produite n'est pas suffisante pour la confection du pain et des pizzas fabriqués chaque mois dans le nouveau four construit dans l'ancienne laiterie et inauguré en 2012. L'Association présidée par Sophie Bender cherche toutefois à raviver le patrimoine culturel ancestral en menant des essais pour faire repousser des grains de froment de Sarreyer qui avaient fort heureusement été conservés à Erschmatt (Sortengarten) et chez Agroscope. À noter aussi le Chemin du Pain conçu par l'Association et le Musée de Bagnes : le parcours avec ses panneaux didactiques conduit du champ de blé au moulin avant d'arriver au four à pain.

Des fours banaux en activité sur tout le territoire

Sur sa fiche relative à la culture des céréales dans l'Entremont rédigée pour Intangible Search (un inventaire en ligne destiné à diffuser les connaissances sur le patrimoine culturel immatériel basé sur les principes de la Convention de l'Unesco), Maria Ana Bertolino n'hésite pas à rappeler l'importance des associations liées aux divers fours banaux de la région. Ces associations ont souvent permis de restaurer des fours et de les remettre en activité, même si certains sont tombés en ruine sans pouvoir être rénovés.

Maria Ana Bertolino mentionne ainsi que dans la Commune d'Orsières, dix fours banaux sont encore en activité. Le moulin de Valsorey à Bourg St-Pierre donne lui la possibilité d'acheter la farine moulue à la pierre pendant les journées de fête au moulin. À Chandonne trois ou quatre fournées se succèdent pendant l'année dans le four banal rénové puis inauguré en 1988. Le four banal voit encore les consorts y partager le levain, pétrir la pâte et cuire les miches selon les règles d'autrefois. Dans le Val de Bagnes, plusieurs fours banaux ont également des fournées plusieurs fois par année, permettant aux villageois de se retrouver comme lorsque chaque famille cuisait encore son pain dans son four commun.

Blé d'Orsières, blé bio et chanvre

Maria Ana Bertolino parle aussi du « Blé d'Orsières » conservé par quelques particuliers et qui avait été semé à nouveau par l'association Céré'al'hier de Sion dans des parcelles test en plaine et chez des particuliers intéressés dans la région de l'Entremont. Aujourd'hui, les producteurs de Céré'al'hier cherchent toutefois plutôt à développer, avec la collaboration du Fibl, d'Agroscope et de Sortengarten Erschmatt, un blé valaisan composé de plusieurs variétés anciennes qui

pourrait être proposé dans tout le Valais en fonction de l'intérêt des producteurs. À Bruson, Stéphane Veuthey a fait quelques tests avec des variétés plus anciennes, mais il se concentre aujourd'hui sur la culture du blé en production biologique sur le Domaine des Lâzres. Sa farine de blé complète bio est vendue à la Brusonnette et chez Bio Bagnes au Châble. Jonas Lattion à Liddes propose aussi une farine de blé complète vendue à la Laiterie de Liddes, ainsi que, selon les saisons, une petite production de farine de chanvre, qui donne un excellent goût au pain. Par suite de problèmes de conservation, il a toutefois perdu toute sa production de chanvre en 2024. Il faudra s'armer de patience pour retrouver sa farine et son huile de chanvre en 2025!

Innovier pour utiliser les céréales locales

Si le Pain du Grand Entremont proposé par toutes les boulangeries de la région permet de valoriser le blé et le seigle, Nico-

las Micheli de la Pâtisserie de la Poste a aussi souhaité utiliser la farine du Grand Entremont pour proposer des flûtes 100% locales avec du Raclette du Valais AOP et du beurre de laiterie. Cette flûte de caractère se marie très bien avec un verre de Blanc, tout particulièrement avec l'unique vin Blanc du Grand Entremont, un Païen issu des parcelles cultivées à Vollèges par le Domaine de Jean-René Germanier et vendu sous le nom de Banyas.

Quant à Stéphane Lovey de la Boulangerie la Gentiana à Champex-Lac, il confectionne sur demande des croissants avec la farine du Grand Entremont. Cela donne des croissants typés où l'on retrouve cette petite note de seigle que l'on aime tant en Valais!

À noter aussi que les Boulangeries Michellod cherchent à labelliser « Grand Entremont-Le goût des cimes » un certain nombre de leurs produits confectionnés à base de seigle, à commencer par leur fameux Pain de seigle du Valais AOP. Pour ce faire, ils

doivent préalablement obtenir la garantie du Groupe Minoteries SA que le seigle qu'ils emploient provient bien uniquement des vallées de l'Entremont. On le voit donc, la culture de céréales a toute sa place dans le Grand Entremont et dans le

panier des consommateurs. Avec les fours banaux, la filière du pain joue aujourd'hui un rôle clé dans le maintien d'un patrimoine immatériel vivant et d'un savoir-faire ancestral qui a contribué à peupler nos vallées même dans ses endroits les plus isolés.



Les flûtes du Grand Entremont pour accompagner le Banyas



Dans la chambre à pain du four banal de la Chenoz



©APAGE | Valérie Moulin



Des croissants du Grand Entremont confectionnés par Stéphane Lovey

© APAGE | Martine Jaques-Dufour

