

## **Sylvie et Gervais ARRONDEAU, Dancy – Producteur bio de farine, huile et volailles de Noël**

Sylvie et Gervais ARRONDEAU, installés à Dancy, à quelque kilomètres de Bonneval sur leur ferme en polyculture "la Métairie", produisent diverses céréales, légumes secs, volailles, ils transforment aussi une partie de leur production puisqu'ils proposent de la farine et de l'huile.

Sylvie et Gervais ont fait le choix du bio depuis plusieurs années: 1998 pour l'essentiel de la ferme, puis 2003 pour les volailles.

Quelques infos au sujet des produits proposés par la métairie (ces informations ont été transmises par Sylvie et Gervais qui ont trouvé le temps au cours d'une de leur journées souvent trop courtes de m'expliquer...)

- **L'huile:** le colza et le tournesol sont pressés à froid sur la ferme => pas d'altération des acides gras essentiels, il est recommandé de ne pas les chauffer (l'huile de tournesol, variété oléique peut tout de même être chauffée).

- **Farine:** produite sur la ferme à l'aide d'un moulin à meule de pierre, les types de farines dispo sont de T65 à T150 (complète), seul les moulins à cylindre peuvent produire des types inférieur à T65. L'avantage de la meule de pierre est qu'elle conserve toute les qualités nutritionnelles du grain.

Le type (T65, T80...) caractérise la farine, plus le type est élevé, plus grand est le taux de minéraux, plus le type est bas, plus la farine est blanche.

Avec un type élevé on fait un pain, un gâteau plus dense et moins levé.

- **Les volailles de Noël:** les poussins, pintadeaux et canetons arrivent sur la ferme juste après leur éclosion à un jour, ils sont tout d'abord nourris avec un aliment bio adapté à leur jeune âge puis progressivement leur ration de blé augmente jusqu'à ne consommer que du blé pour finir leur croissance => les volailles ont environ quatre mois lorsqu'elles sont consommées.

C'est quoi précisément une poularde?

Un poulet femelle engraisé le dernier mois de croissance avec une pâtée (mélange de lait et de son issu du tamisage de la farine), la viande est moelleuse et fine.

Info sur les oies: elles sont lourdes mais il y a proportionnellement moins de viande que sur une dinde car fond plus à la cuisson et les grandes ailes ne présentent que peu de viande, en revanche l'oie est une viande goûteuse et fine.