

\* un terroir

\* des hommes  
et leur savoir-faire



\* un signe d'excellence

Pour qu'un produit AOP puisse voir le jour, il faut un terroir et une tradition, des hommes et leur savoir-faire. Seuls quelques produits suisses sont élaborés ainsi et portent le signe d'excellence AOP. [www.aop-igp.ch](http://www.aop-igp.ch)



Suisse. Naturellement.



# Pain de seigle Valaisan AOP

**Matières premières:** La farine destinée à la fabrication du Pain de seigle valaisan AOP est composée de 90 % de seigle au minimum et de 10 % de froment au maximum, issus du canton du Valais. Les céréales sont produites selon des méthodes respectueuses de l'environnement.

**Méthode de production:** La pâte est réalisée exclusivement avec de l'eau, du sel, de la farine et des levures. Tous les ingrédients sont mélangés, puis pétris afin d'obtenir une pâte homogène. Celle-ci doit reposer jusqu'à doubler de volume avant qu'on en fasse des pâtons en forme de cônes pour les tourner dans la farine. Les pâtons sèchent ensuite jusqu'à ce qu'ils se déchirent clairement, les déchirures étant accentuées par un léger écrasement du cône avec la paume de la main juste avant l'enfournage. La cuisson du Pain de seigle valaisan AOP a lieu dans un four à sole pendant une heure environ. Du fait du tour de main de l'artisan boulanger, chaque Pain de seigle valaisan AOP a un goût différent.

**Apparence et qualités gustatives:** Le Pain de seigle valaisan AOP a un poids de 250 g, 500 g ou 1 kg avec une tolérance de 10 %. Sa forme est ronde et le fond du pain est plat. Sa couleur est gris-brun. La texture du Pain de seigle valaisan AOP présente une porosité compacte et un aspect humide. Son goût est légèrement acidulé avec une dominance d'acide lactique ou acétique selon le mode de fabrication.

**Zone d'origine:** L'aire géographique de la production du Pain de seigle valaisan AOP est le canton du Valais. La culture du seigle, le stockage de la récolte, la transformation en farine dans les moulins ainsi que la fabrication du pain dans les boulangeries s'y déroulent.

**Histoire:** L'importance du pain de seigle dans l'alimentation courante des Valaisans est attestée par des écrits datant de 1209 déjà. Le seigle est la seule céréale à pouvoir s'adapter aux conditions climatiques extrêmes et aux altitudes élevées des vallées reculées.

Dans les villages valaisans, le four banal, qui servait alors à la fabrication collective du pain, était chauffé seulement deux ou trois fois par an. Il était alors nécessaire de produire un pain de garde. Le pain de seigle au levain répondait parfaitement à ces exigences, le levain permettant au pain de rester frais plus longtemps. Mais au fil des ans, avec le développement d'autres céréales, le pain de seigle est devenu le symbole des pauvres. Les surfaces de seigle cultivées en Valais ont alors fortement diminué. L'obtention de l'AOP a permis de revitaliser cette filière artisanale. Le Pain de seigle valaisan est protégé en tant qu'AOP depuis le 27 février 2004.

**Aspects culinaires:** Le Pain de seigle valaisan AOP se conserve longtemps. Il est délicieux nature, en tartine, avec un verre de vin valaisan et de la Viande séchée du Valais IGP, Jambon cru du Valais IGP, Lard sec du Valais IGP ou encore avec du Raclette du Valais AOP.

**Conditionnement:** Le Pain de seigle valaisan AOP est vendu frais dans des sachets ou sous vide.



## Contact:

Association du Pain de seigle valaisan AOP  
Maison du Paysan, Case postale 96, 1964 Conthey  
Tél. 027 345 40 10, fax 027 345 40 11  
paindeseglevalaisan@agrivalais.ch

Association suisse des AOP-IGP  
Belpstrasse 26, 3007 Berne  
Tél. 031 381 49 53, fax 031 381 49 54  
info@aop-igp.ch

www.paindeseglevalaisan.ch  
www.valais-terroir.ch  
www.aop-igp.ch  
www.facebook.com/aopigp