

Ce n'est pas une boulangerie, davantage un bar à tartines», explique Emmanuel Arnoux, boulanger bio nouvellement installé dans le quartier des Réformés, à Marseille. Voilà pourquoi il ouvre à 10h : l'heure parfaite du petit creux. Au bar à Pain, il y a donc les tartines classiques sucrées du matin et les inspirantes de midi. Ses tranches épaisses de pain de campagne se parent de hareng, fenouil, orange ; le pain aux graines est rehaussé de fromage de brebis, tomates séchées et roquette... Mais si Emmanuel a ouvert son bar à pain, ce n'est pas seulement pour assouvir notre soif de produits locaux, c'est surtout pour

faire découvrir un monde qu'il a lui-même appris après une première vie en tant que projectionniste dans un cinéma. Le bio, le pain, ne sont pas arrivés par hasard dans sa vie. Mister Arnoux est le beau-frère de Thomas Tefri, créateur du fournil La Paline (à Sisteron). C'est donc naturellement qu'il a suivi sa formation dans l'école internationale de pain bio, créée par... Thomas Tefri. Bravo. Une de ses particularités : beaucoup de produits sans gluten, mais ce serait dommage de passer à côté de ses généreuses pizzas gourmandes ou de ses brioches dorées à souhait.



«Le bar à pain», 18 cours Joseph Thierry à Marseille (1^{er})
Ouvert du mardi au samedi de 10h à 20h



nel de boulangerie. Cette histoire, elle nous regarde car Marie a ouvert sa boulangerie bio, avenue de la Corse, à Marseille. «Dans ma famille, c'est passe ton bac d'abord» sourit la demoiselle. Pourtant dès la seconde, elle fait un stage dans une pâtisserie. «L'appel des métiers de bouche était plus fort». A 25 ans, elle se fait embaucher dans une boulangerie aixoise, pour quatre mois ; elle y restera deux ans. Deux ans durant lesquels elle appren-

«Dame farine» rend au pain ses lettres de noblesse

C'est l'histoire d'une Parisienne frileuse qui a choisi le Sud. D'une jeune fille d'origine libanaise qui préfère le levain aux lettres. C'est l'histoire de Marie Christine Aractingi qui, après une maîtrise de Lettres, passe un brevet profession-

nel de boulangerie. Cette histoire, elle nous regarde car Marie a ouvert sa boulangerie bio, avenue de la Corse, à Marseille. «Dans ma famille, c'est passe ton bac d'abord» sourit la demoiselle. Pourtant dès la seconde, elle fait un stage dans une pâtisserie. «L'appel des métiers de bouche était plus fort». A 25 ans, elle se fait embaucher dans une boulangerie aixoise, pour quatre mois ; elle y restera deux ans. Deux ans durant lesquels elle appren-

dra de Benoît Fradette, le «Farinoman» d'Aix en Provence (5, rue Mignet). Aujourd'hui, elle se lève à 4h pour pétrir, cuire son pain et le vendre. Car elle tient à expliquer son métier et sa différence à ceux qui passent la porte de son lieu. Son must? Le gros pain complet, le fameux «Soleil Levain», avec ou sans graines torréfiées, qui se garde une semaine «à condition de le laisser dans sa pochette en papier, puis dans un sac plastique ou un chiffon humide». Généralement, les gros formats se conservent mieux. «Il ne faut pas les trancher» ajoute-t-elle. Moins il y a d'échange avec l'air, mieux c'est. L'humidité ne s'échappe pas. Voilà son secret : une mie dense, gorgée d'eau qui permet au pain de ne pas rassir. Elle façonne tout à la main. Un travail de titan qui trouve une jolie compensation quand elle s'entend dire de ses clients que ses «brioches sont les meilleures du monde».

Dame Farine, 77 avenue de la Corse à Marseille (7^e).
Ouvert de 8h à 13h et de 16h à 19h30. Fermé les dimanche et lundi
Site : <http://damefarine.fr>