

# La boulangerie Pépain



Consommer local  
Letteguives

*Il est traditionnellement présent sur nos tables à chaque repas. Symbole de partage et de simplicité, il se décline à volonté pour sublimer ou accompagner nos plats. Le pain ravit nos papilles que l'on soit petit ou grand.*

*En Lyons Andelle, un boulanger peu commun a installé son fourneau et son levain il y a maintenant 3 ans. Basé à Letteguives, il prépare deux jours par semaine une production raisonnée et raisonnable. Un savoir-faire d'antan, des ingrédients sains, pour une consommation engagée. Bienvenue chez Pépain, producteur de pain au levain.*

## Parlez-nous de vous et de votre activité

Je m'appelle Quentin, j'ai 34 ans je suis boulanger et je suis installé à Letteguives. À l'origine j'ai une formation en pâtisserie et il y a 1 an et demi, j'ai passé un CAP boulanger en parallèle de mon activité.

J'ai lancé Pépain en 2020 et depuis je produis du pain au levain. J'ai toujours été dans les métiers de bouche et ça depuis tout petit. Mon père était cuisinier, alors c'est de famille !

Chez Pépain, je propose un pain 100% naturel au levain avec une farine biologique. Actuellement, mes clients peuvent choisir un pain semi complet en 1kg ou 750g ou un pain aux deux lins en 750g. À Noël, je propose aussi un pain aux noix.



## **Quel est le procédé de création d'un pain au levain ?**

Je commence tout d'abord par faire mes pesées : farine bio, eau, sel, levain. Ensuite je frase, c'est-à-dire je mélange jusqu'à ce qu'il n'y ait plus du tout de grumeaux. Le levain facilite le pétrissage, je rabats donc surtout mon pain : je fais revenir la pâte sur elle-même plusieurs fois. Puis je laisse pousser toute la nuit, ce qui permet que la pâte se lie.

Le lendemain je sors la pâte de ma dizaine de bacs puis je détaille au format souhaité. Je laisse reposer puis je façonne. Je laisse de nouveau un temps de pousse avant de passer en cuisson.



## **Chez Pépain, vous favorisez une production plus raisonnée et l'économie circulaire. Pourquoi ce choix ?**

Produire en petite quantité et de manière plus écologique pour moi c'est une manière de respecter mon environnement et les gens que je côtoie. Et puis avoir une plus petite activité, ça laisse aussi la place à d'autres pour faire la même chose.

Je favorise plutôt l'énergie du temps dans mon activité : par exemple la poussée du pain va se faire sur toute une nuit dans la cave pour avoir des températures basses naturellement plutôt que d'utiliser des frigos qui peuvent bloquer ou accélérer la pousse. Aujourd'hui, je produis à la commande, environ 140 pains par semaine et je livre du pain uniquement les jeudis et les vendredis. Derrière ce rythme, c'est aussi l'envie de garder un équilibre et une stabilité pour m'épanouir ailleurs que dans le travail. Ça fait écho à la manière dont j'ai envie de vivre, notamment de profiter de mes enfants.



## **Quelles sont vos valeurs chez Pépain ?**

J'ai vraiment envie de favoriser l'économie circulaire : avec des produits sourcés, une livraison locale, mais aussi des prix accessibles à tous. Pour moi l'aspect social est très important. Le fait que mon produit soit bio c'est ma conviction, j'ai surtout envie que les gens mangent un pain qui soit accessible, meilleur pour leur santé et pour la planète.

## **Où peut-on trouver vos produits en Lyons Andelle ?**

Sur le territoire, je fournis du pain en dépôt à Letteguives et à la Maison Forestière des Hogues. Je livre aussi au Coin Bio à Charleval, à la Boutique des Saveurs à Lyons-la-Forêt, aux Légumes Fabert à Romilly-sur-Andelle et Chez Laure et Paul à Lisors.

## **Avez-vous des projets pour la suite de Pépain ?**

Sans doute pouvoir étendre la livraison à trois jours au lieu de deux.

Une fois que j'aurais installé mon fournil définitif, j'aimerais me pencher sur la transmission et travailler avec des écoles, des EHPAD, des établissements médicaux.

Et puis pourquoi pas créer un projet sur Letteguives pour ponctuellement créer des soirées pizzas autour du four et finir avec des jeux de sociétés, une projection de film ou un débat autour d'un livre pour rassembler les gens et créer du lien.

## **Quel est votre coup de cœur sur le territoire ?**

J'ai plutôt plusieurs coups de cœur. Pour le côté patrimoine et architectural, il y a l'ancienne Filature Levasseur à Pont-Saint-Pierre et pour le côté festif, la Guinguette de l'Andelle à Charleval. J'aime bien aussi passer à la Ressourcerie Addie à Fleury-sur-Andelle et puis aux Jardins d'Utopia à Perriers-sur-Andelle.

## **Idée recette anti-gaspillage**

Quand votre pain est trop rassis pour être consommé :

- Découpez-le en cubes pour en faire des croutons,
- Mettez de l'huile dans une poêle,
- Faîtes revenir vos cubes de pain,
- Salez et poivrez,
- Servez-les dans une salade ou une soupe pour redonner du moelleux et du croustillant à votre plat.



## Commandez votre pain chez Pépain

Par téléphone : 06 59 26 39 46

Approvisionnement les jeudis et vendredis

Cet article a été rédigé dans le cadre du projet « reporter de territoire » soutenu par le Fonds Européen Agricole pour le Développement Rural : l'Europe investit dans les zones rurales, un programme géré par la Région Normandie.

