

## Le stockage correct de céréales

### Histoire

Les vestiges les plus anciens de céréales (blé amidonnier) capables de germer (!) datent d'environ 8000 ans avant J.-C. et ont été trouvés en Turquie. En Europe centrale, du blé amidonnier et de l'ingrain ont été trouvés, datés de 5000 ans avant J.-C. Stockées de façon appropriée, les céréales tiennent donc très bien, même en restant capables de germer. En revanche, en les gardant dans un récipient hermétiquement fermé, par exemple du Tupperware – et en plus dans une cuisine chauffée, ou exposé au soleil – ils commencent à fermenter après peu de jours et deviennent non comestibles.

### Problèmes potentiels

#### Graines de mauvaises herbes

Il faut être attentif à trouver le moins possible d'autres graines dans les céréales nouvellement acquises. Selon leur quantité et leur caractère, ils peuvent altérer le goût de base, particulièrement lors de la mouture et du floconnage. L'ergot (un grain longiforme, noir-violet, qui peut se retrouver surtout dans le seigle) doit être enlevé par principe à cause de son effet toxique. En revanche, en quantité faible, l'ergot est une plante médicinale ; la présence de quelques bribes est donc négligeable.

#### Corps étrangers

Lors de l'achat des céréales, sois attentif à des corps étrangers tels que des petits cailloux, des éclats de verre et de métal. Ces particules proviennent du champ et sont normalement triés lors d'un bon processus de nettoyage. Les céréales à prix avantageux pourraient avoir été nettoyées de manière rapide et bon marché ; si des corps étrangers s'y trouvent, ils peuvent endommager les meules.

#### Hôtes indésirables

Les céréales d'agriculture biologique, qui renonce de recourir aux pesticides, sont un peu plus enclines à être infestées par des nuisibles, que les céréales d'agriculture conventionnelle. Les œufs des hôtes indésirables peuvent se cacher dans quelques graines et attendre une bonne occasion pour éclore. En appliquant le stockage conscient et prévoyant (voir en bas), on peut réduire au minimum le risque d'infestation parasitaire.

Dès l'achat, sois attentif à choisir une qualité propre et sans nuisibles -> pas d'insectes visibles et pas de formation d'une sorte de toile d'araignée (état larvaire du bostryche des graines, avant l'apparition de la petite chenille blanche).

Dans le cas de telles découvertes, il faut ôter autant que possible les petites bêtes et les toiles avec les graines. Si l'infestation est minime, tu peux exposer le reste des céréales au soleil et bien l'aérer, ou le sécher à 50°C dans le four. Si les céréales sont trop atteintes, apporte-les à quelqu'un qui a des poules, ou au composte.

## Conditions de stockage idéales

### Température de stockage basse

À l'idéal, on stocke à des températures en dessous de 15 °C. Plus la température est élevée, plus il faudra respecter le point suivant, « contrôle et brassage ».

### Contrôle et brassage

Il arrive que des céréales soient oubliées au fond de l'armoire ou dans la cave à provisions. C'est la condition idéale pour l'installation des nuisibles.

En effet, il faudrait soumettre tes provisions en céréales à un contrôle visuel, en cuisine tous les 8 à 15 jours, à la cave toutes les 2 à 6 semaines, et les transvaser ou au moins les secouer brièvement. Le brassage des graines permet de troubler le développement des œufs de nuisibles, le fait de transvaser te permet de percevoir des nidifications dans les couches profondes.

ATTENTION : Les graines de maïs doivent être brassées brièvement une fois par semaine !

### Aération

Les céréales ont besoin d'être aérées. Il faut éviter la situation décrite en première page avec des récipients hermétiques, et faire attention que le récipient ne soit pas rempli à ras bord, pour permettre à l'air de circuler.

### Humidité

L'humidité naturelle des céréales provenant d'un bon moulin est de 12 à 15 %. Lorsque l'humidité de l'air dans la pièce dépasse les 50 % (p.ex. lors d'un changement de condition météorologique, ou à cause de l'activité en cuisine), les graines s'humidifient.

Il convient de les examiner de temps en temps avec le test à la cuillère : poser quelques graines sur une surface dure et les écraser avec une cuillère à café -> si les graines sont éjectées, elles sont assez sèches pour être moulues ; si tu arrives à écraser les graines, elles sont trop humides et doivent être séchées (sinon les céréales risquent de coller sur les meules, ou les tarières de la floconneuse).

Procédé : étaler les céréales pendant plusieurs jours dans un endroit très sec, ou les sécher sur une plaque au four ou dans un déshydrateur (en une seule couche !) pendant une demi-heure à environ 50°C, ou au soleil pendant une journée entière.

### Récipients de stockage

Il est utile de ne conserver en cuisine que les provisions d'une semaine. L'idéal à cet endroit sont des greniers en bois (voir « Getreidespeicher » dans le magasin en ligne [frohkost.ch](http://frohkost.ch)), des sacs en lin, des vieux bocaux de conserve sans joint en caoutchouc. On peut remplacer le couvercle en verre par un morceau de gaze attaché avec un élastique. Des récipients ouverts, des sacs en cellophane et des sachets en papier fin sont facilement accessibles pour les insectes et devraient donc être écartés pour le stockage des céréales. Pour les provisions à la cave sèche ou sur l'armoire dans la chambre à coucher, nos tonneaux à céréales en tôle galvanisée ou carton dur (disponibles à prix avantageux au magasin en ligne [frohkost.ch](http://frohkost.ch)) se prêtent parfaitement.

IMPORTANT : Ouvrir, sortir la quantité souhaitée et refermer aussitôt.

### Propreté

Respecte une propreté parfaite (contrôle tous les recoins) avant de remettre des céréales fraîches dans un récipient. La poussière de céréale est un climat idéal pour des hôtes indésirables.

Nous souhaitons beaucoup de plaisir et de santé avec ta farine et tes flocons faits maison !

Ton équipe moulins frohkost

Copyright: frohkost/20220624