

LES PRODUITS SUCRÉS ET CÉRÉALIERS

Les sablés normands

Présentation du produit

Le sol normand, propice au bon développement du blé, permet d'obtenir une belle farine fluide et tendre. Celle-ci sert à produire pains, pâtisseries ou biscuits... comme les sablés normands ! Ces biscuits font partie des spécialités normandes, comme la tarte aux pommes ou le douillon normand. Ils sont incontournables pour les pauses plaisir. Le sablé est un biscuit réalisé avec une pâte homogène, constituée de farine de blé, de sucre, de beurre, parfois de crème fraîche et d'œuf qui apporte la brillance et le doré au sablé. Les petites galettes au beurre sont traditionnelles dans toute la Normandie. Même si la taille, le diamètre ou encore l'épaisseur varient, c'est la même recette pour tous !

Leur conception passe par le pétrissage, qu'il soit manuel ou industriel, qui est le résultat du savoir-faire des boulangers et pâtisseries. C'est la phase critique de la recette. Si le pétrissage est mal effectué, la qualité du biscuit s'en ressentira. Il faut donc pour cette étape de la patience et un certain doigté ! Place ensuite au moulage. Il s'agit de plaquer la pâte en petites galettes fines sur une plaque de cuisson et de la laisser reposer quelques minutes pour qu'elle prenne sa forme finale avant la cuisson. Puis direction le four ! Après quelques minutes de cuisson, le sablé doit ressortir coloré et brillant. Il faut le laisser à l'air libre quelques instants pour qu'il durcisse légèrement et devienne croquant. Vient enfin la phase de l'emballage : les sablés normands sont généralement conditionnés en sachets individuels, pour être consommés rapidement. Pour les conserver, on peut aussi les ranger dans une boîte en métal.



Nutrition

Les sablés normands sont riches en sucre et en beurre. Il doivent être consommés en quantité raisonnable. Les sablés apportent à l'organisme des sucres rapides et sont donc plutôt recommandés avant un effort physique, pour aider l'organisme à faire le plein d'énergie. Les sablés peuvent aussi être mangés au goûter, en quantité raisonnable, juste pour le plaisir. Ils sont là pour ça ! Et comme tous les biscuits, les sablés sont les bienvenus en cuisine : ils apportent du croquant à certaines recettes. Par exemple : saupoudrés en miettes dans une pâte à crumble, sur de la crème glacée ou pétris avec du beurre pour préparer la base d'un cheese-cake... Lorsque l'on entame un paquet ou sachet de sablés normands, il est impératif de conserver ce qu'il reste à l'abri de la lumière et de l'humidité, dans une boîte métallique hermétique. Ils garderont ainsi tout leur croquant, leur fermeté et leur saveur.

Métier

Pour réaliser des sablés normands, il existe de véritables maîtres en la matière. Généralement, le secret de fabrication des biscuitiers se transmet au fil des générations, de manière à perpétuer la tradition et à respecter la recette originale. Les quatre étapes clés de la fabrication du sablé normand sont le pétrissage, le moulage, la cuisson et pour finir l'emballage et la distribution. Le céréalier fait également partie de la chaîne de production des sablés normands, en effet c'est lui le premier maillon. Il a pour mission de produire des céréales de bonne qualité. Ces dernières sont acheminées vers les meuniers, pour les transformer en farine, utilisée notamment dans la fabrication des sablés normands.

Qualité

En Normandie, les sablés de la Biscuiterie de l'Abbaye sont préparés avec du Beurre d'Isigny AOP. Ils sont purement normands et, grâce à ce sigle officiel, ils sont le reflet de la tradition et du savoir-faire des biscuitiers de l'Abbaye.