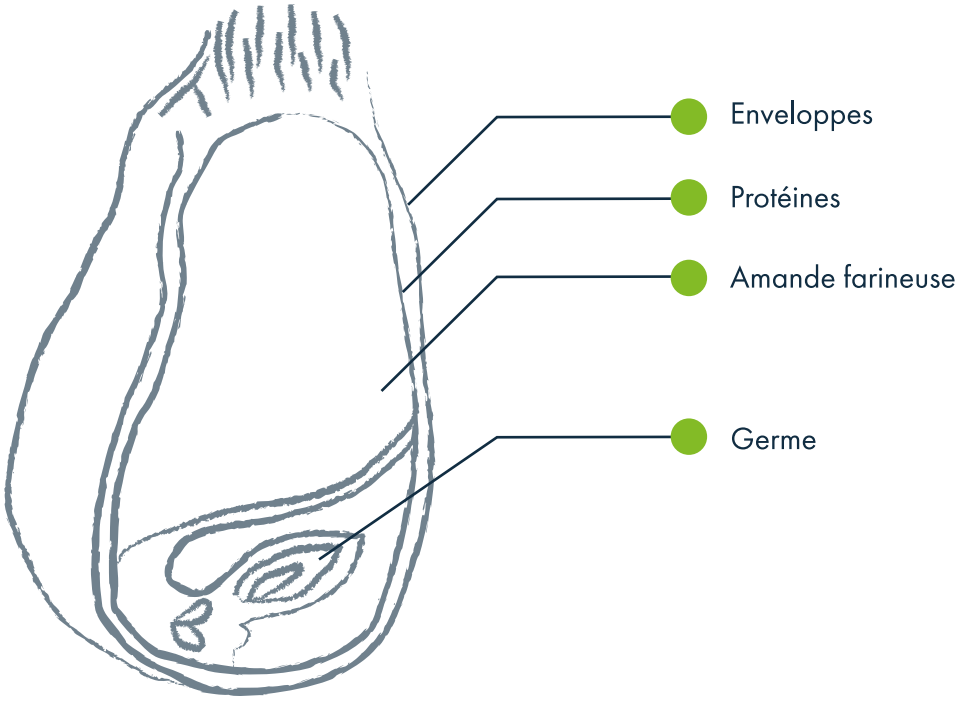
Le grain de blé / le germe

Coupe schématique d'un grain de blé



Le grain de blé : 3 parties essentielles

- L'amande est la partie du grain de blé qui est broyée en farine.
  Elle représente 77 à 80% de la composition du grain.
- L'enveloppe du grain est composée de fibres constitue, en fin de mouture, le son.
  Elle représente 20% de la composition du grain.
- Quant au germe, il est riche en vitamine B, en sels minéraux et en protéines.
  Il représente environ 3% du grain de blé.

ABC
ARTISAN
BOULANGER
CONVAINCU