



## 32 BIBERFLADEN



### Temps de préparation

env. 13h - Cuisson 15 minutes

### Quantité

Un pain d'épices plat

### INGRÉDIENTS

#### Pâte

- 250 g de farine d'épeautre
- 1,75 cuillère à café d'épices pour pain d'épices\*
- 1  $\frac{3}{4}$  cuillère à café de poudre à lever
- 1 pincée de sel
- 100 g de miel
- 50 g de sucre
- 50 ml de lait
- 1 œuf

#### Garniture

- 1 cuillère à soupe de lait

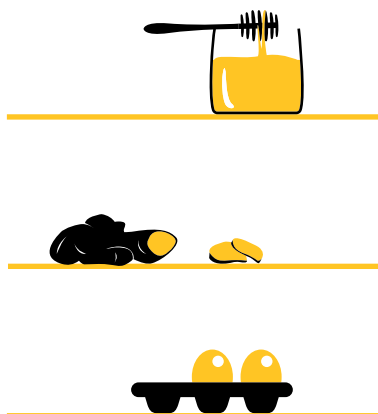
\* Voir p. 263 pour une recette, mais vous pouvez aussi l'acheter.

### PRÉPARATION

1. Dans un grand récipient, mélangez les ingrédients secs : farine d'épeautre, épices, poudre à lever et sel.
2. Au bain-marie, faites doucement chauffer le miel avec le sucre jusqu'à ce qu'ils soient bien mélangés. Ensuite, versez le lait dedans en fouettant. Pour finir, fouettez toujours en ajoutant l'œuf.
3. Formez un puits au centre de l'appareil sec puis versez le liquide dedans. Mélangez jusqu'à ce que la pâte prenne, à la main ou avec un robot. Puis, sur une surface légèrement farinée, car la pâte sera collante, formez un disque avec la pâte et mettez-le au frigo pour 8 à 12 heures (une nuit).
4. Beurrez et farinez un moule rond d'environ 25 cm de diamètre.
5. Sur une surface légèrement farinée, avec un rouleau à pâtisserie fariné lui aussi, faites un disque de pâte d'environ 25 cm de diamètre. Déposez la pâte dans le moule.

6. Badigeonnez légèrement le dessus avec du lait. Ensuite, avec une fourchette, tracez les motifs croisés sur la pâte.

7. Faites cuire 15 minutes à 200°C. Laissez refroidir à la sortie du four.



## UNE GALETTE DE PAIN D'ÉPICES POUR RÉCONFORTER LES JEUNES MÈRES APRÈS LES DOULEURS DE L'ACCOUCHEMENT

Le Biber a longtemps été une affaire de professionnels. Comme je l'ai appris par les frères Leibacher, sur leur site de production d'Illnau, le défi que représente la préparation de la pâte et du massepain, ainsi que celui de travailler avec des moules en bois, peut être un peu effrayant pour un amateur qui voudrait en faire chez lui. En Appenzell, les artisans font des Biber principalement pour les touristes et les étrangers qui visitent la région. Le Biberfladen, galette de pain d'épices non fourrée est une plus importante tradition chez les particuliers.

J'ai découvert le Biberfladen pendant des vacances en famille dans le Vorarlberg autrichien. Cette galette de pain d'épices de la taille d'un petit frisbee arborait un motif croisé qui se trace à la fourchette en appuyant profondément sur la pâte. De l'autre côté de la frontière, on l'appelle Bümmele. J'ai posté une photo sur Instagram en écrivant qu'il me faisait penser à un Biber suisse et quelqu'un a très rapidement commenté : « C'est comme un Biberfladen (Appenzell) ».

Grâce à ce commentaire, je me suis mise à chercher le cousin suisse du Bümmele la première fois que j'ai visité la ville d'Appenzell. Avec ses belles façades hautes en couleur, le chef-lieu d'Appenzell Rhodes-Intérieures a quelque chose de très typique. J'ai visité toutes les boulangeries du centre-ville pour trouver un Biberfladen.

En Suisse, les Biber et autres pains d'épices connaissent des différences régionales. Pour commencer, le canton d'Appenzell n'est pas la seule région à faire des Biber. On en trouve aussi à Saint-Gall, avec des motifs décoratifs différents. Lucerne a son Lebkuchen (pain d'épices en allemand) fait avec du sirop concentré de poires. Là où je vis, du côté francophone de la Suisse, il y a les Biscômes, un type de pain d'épices de forme rectangulaire que l'on trouve pendant la période de Noël. Tout comme le Biberfladen, ils ne sont pas fourrés à la pâte d'amande.

Comme je l'ai mentionné au chapitre 3, on utilisait historiquement le Biberfladen pour monter le Chlausezüüg avant l'avènement de la structure en bois aujourd'hui courante.

Cette structure de forme triangulaire, typique de l'Avent, comportait originellement des Biberfladen garnis et des pains ronds comme le Pfilenbrot (p. 165). De nos jours, cette tradition vivante inclut aussi des Chlausebickli, autres pains d'épices suisses décorés, tout comme les Biber, de scènes champêtres colorées.

Une portion de Biberfladen est très bonne telle quelle ou avec du beurre et s'accompagne sans nul doute très bien d'une tasse de café ou de thé. Les pains d'épices semblent parfaitement adaptés à la saison de Noël, mais je pense que l'on peut les apprécier tout au long de l'année. C'est d'ailleurs en août que j'ai trouvé mon premier Biberfladen à Appenzell. Ils sont aussi parfaits pour faire un cadeau maison à des amis ou à la famille et sans doute pour une amie ou connaissance qui aurait accouché. Un article sur le Biberfladen d'Appenzell, daté des années 1930 et écrit par le Dr Karl Neff dit ceci: *Auch den Kranken und besonders den Wöchnerinnen kramt man gerne Biberfladen, damit sie die Schmerzen eher vergessen können*: « Aux malades et tout particulièrement aux femmes qui viennent d'accoucher on donne aussi du Biberfladen, ainsi ils oublient plus facilement la douleur. »





# ÉPICES POUR PAIN D'ÉPICES



## INGRÉDIENTS

- 6 cuillères à soupe de cannelle
- 1 cuillère à café d'anis moulu
- 1 cuillère à café de coriandre moulue
- ½ cuillère à café d'anis étoilé
- ½ cuillère à café de clou de girofle moulu
- ½ cuillère à café de poivre blanc
- ½ cuillère à café de gingembre moulu
- ½ cuillère à café de cardamone

## PRÉPARATION

Mélangez tous les ingrédients et conservez dans un bocal à couvercle.