

## “ La grande erreur du pain blanc ”

---

### Vue à vol d'oiseau

---

Par suite de notre imprévoyance et de notre incurie le bon pain n'était réellement pas un problème chez nous jusqu'ici. Trop de “futilités importantes”, trop de questions stériles nous passionnaient, et celle-ci passa toujours à quarante coudées au-dessus de nos crânes.

Mais les nécessités de l'heure présente, la famine entrevue, l'énorme coût de la vie, etc., viennent de nous réveiller, et à lire les journaux comme à suivre les conversations, il semble, à l'heure actuelle, qu'il n'y ait plus, à part la guerre, “que” la question du pain.

Nous sommes forcés de revenir de nos errements d'enfants prodigues et de considérer la folie qui nous a fait gâcher le plus universel et le premier de nos aliments en lui enlevant 25 à 30 p. c. de ses éléments nutritifs les plus précieux.

Quand le spéculateur parasite d'aujourd'hui, qui ne cultive que les prix, aura fait monter la viande, les oeufs et le lait à des taux inabordables, le cultivateur qui aura sa provision de blé vivra dans l'allégresse, s'il en fait du pain naturel. Celui-là surtout qui saura manger, c'est-à-dire insaliver et mastiquer pour tirer tout le parti possible de ses farineux, finira par comprendre que le pain est la base de toute nourriture et qu'on peut se passer des 4-5 de la viande dont l'excès nous empoisonne. Espérons qu'on en tirera une leçon pour l'avenir.

Il y a longtemps que la question du vrai pain s'agite en Europe chez les savants, les agriculteurs, les économistes, dans les Parlements, dans les Académies de médecine; et partout, l'on déplorait le gaspillage du blé quand on en fait du pain blanc.

Depuis la guerre, on est passé des belles idées à la pratique. Le pain bis du citadin français et le pain de ferme