

**Zeitschrift:** Générations plus : bien vivre son âge  
**Herausgeber:** Générations  
**Band:** - (2012)  
**Heft:** 38

**Artikel:** "Je voulais pétrir le pain à l'ancienne"  
**Autor:** Bernier, Martine  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-831554>

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 04.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**




**UNE ESCAPADE  
À DEUX À MARTIGNY ET...**

**... DÉCOUVRIR LE FORFAIT «ART & CULTURE»**

1 à 3 nuits en chambre simple ou double avec petit-déjeuner  
1 entrée par personne à la Fondation Pierre Gianadda  
1 bouteille de vin de la cuvée de la Fondation  
30% de réduction sur l'entrée du Palais Lumière à Evian  
Taxes et service inclus

Dès CHF 85.— par personne en chambre double\*\*

**... S'OFFRIR LE FORFAIT «ART & GASTRONOMIE»**

En plus des prestations «art & culture», vous séjournez à l'Hôtel du Forum\*\*\* et dégustez 1 menu par personne «Découverte des Gourmets Spécial» à la brasserie L'Olivier (hors boissons).

Dès CHF 170.— par personne en chambre double\*\*\*

INFO ET RÉSERVATION SUR [WWW.MARTIGNY.COM](http://WWW.MARTIGNY.COM)



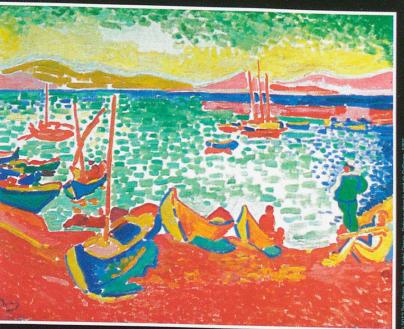
Pain à la sarriette ou miche au thym, cuchaule ou mille-feuille, Gérard Cornut Il est conseillé de téléphoner (024 481 18 37) pour se renseigner sur les jours et

ressuscite des recettes oubliées et en crée de nouvelles. Avec son épouse Patricia, il tient la boulangerie de La Colonie à Miex (VS), route du Flon 26. heures d'ouverture.

Le mythe de la couleur

**VAN GOGH, PICASSO  
KANDINSKY...**

Collection Merzbacher



Fondation Pierre Gianadda  
Martigny Suisse

29 juin - 25 novembre 2012  
Tous les jours de 9 h à 19 h

## «Je voulais pétrir le pain à l'ancienne»

**L'histoire du boulanger de Miex  
d'installation sanitaire pour se**

**C**hanger d'orientation professionnelle, beaucoup y ont songé, mais peu s'y sont risqués. Gérard et Patricia Cornut, eux, font partie de ceux qui sont allés au bout de leur rêve. En 1999, ils se décident à vendre leur entreprise d'installation sanitaire pour réaliser leur projet: devenir boulanger. Mais pas n'importe lequel. «Je voulais travailler le pain à l'ancienne, avec des farines pures, des produits frais et en utilisant un four à cuison au feu de bois», précise le fouacier. Le couple ouvre alors une petite boulangerie au Flon, hameau de Miex (VS), niché dans la montagne au-dessus de Vouvry.

S'il dispose d'un premier apprentissage de pâtissier-confiseur, le nouveau maître des lieux n'a jamais étudié l'art de confectionner le pain. De plus, le four qu'il convoite n'est plus construit en Suisse. Ce sont des spécialistes français qui viennent lui installer le mastodonte de 27 tonnes dans le minuscule

(VS) et de son épouse, Gérard et Patricia Cornut, sort de l'ordinaire. Ils ont vendu leur entreprise lancer avec succès dans cet artisanat. Changer de vie n'est pas un rêve inaccessible...

laboratoire. Ne reste plus qu'à tester les recettes et à apprendre à gérer la chaleur du four à bois.

### **Miche au thym et «pain micais»**

Cette période d'apprentissage durera six mois durant lesquels Gérard va travailler sans relâche pour obtenir un résultat idéal. Pendant cette période, le pain est, à ses yeux du moins, immangeable, et va nourrir les corbeaux qui deviennent les volatiles «les plus dodus de la région», confie-t-il en riant.

Lorsque la boulangerie-épicerie ouvre ses portes, le couple est prêt. Gérard maîtrise désormais son four et ses pâtes qu'il laisse longuement reposer avant de les cuire, et le sourire chaleureux de Patricia illumine le petit magasin. Passionné par son travail, le nouveau boulanger confectionne les pains traditionnels, ressuscite des recettes oubliées et en crée d'autres dont les amateurs raffolent. Le «pain vert», qui a la préférence des patrons est en

touré notamment de pains à la sarriette, au thym, à la livèche, au pavot, au sésame. Gérard Cornut crée même le «pain micais», du nom des habitants de Miex. Côté pâtisserie, il devient le roi de la tresse, de la cuchaule, réalise des viennoiseries dorées et savoureuses et un mille-feuille sur commande qui mérite le détour.

Très vite, sa réputation dépasse les frontières du hameau, et même du canton. Les clients amateurs de bons produits viennent parfois de très loin pour goûter la trentaine de pains différents proposés, selon un tournois bien rodé.

Le couple travaille sans compter ses heures pour satisfaire sa clientèle, se ménageant régulièrement des vacances pour pouvoir tenir le rythme. Mais à voir et écouter Patricia et Gérard, le doute n'est pas permis: leur choix de vie les rend heureux.

Martine Bernier