

Fougasse



Pain traditionnel du sud... Je le garnis généreusement pour en faire un incontournable de l'apéro estival !

Ingrédients :

- * 300g de farine de blé ordinaire
- * 1/2 cuillère à café de sel
- * 10 g de levure de boulanger fraîche
- * 20 cl d'eau tiède
- * 2 cuillères à soupe d'huile d'olive + pour badigeonner

- * 200g de lardons ou d'allumettes
- * 50g d'olives vertes ou noires dénoyautées ou (80g d'olives entières)
- * 50g de gruyère
- * herbes de Provence
- * sel, poivre



Préparation :

Dans un bol, mettre la levure émiettée avec 10cl d'eau tiède (attention, si elle est trop chaude, cela tuera la levure) et laisser reposer quelques minutes.

Dans un saladier, mettre la farine et le sel. Bien mélanger. Faire une fontaine et y verser la levure délayée.

Commencer à mélanger le tout avec une main. Ajouter les 10cl d'eau tiède restant et l'huile d'olive.

Pétrir la pâte jusqu'à ce qu'elle soit souple et lisse. Bien la soulever avec la main pour la rendre homogène.

Ajouter de la farine pour que cela ne colle pas aux doigts. On peut en mettre plusieurs fois si nécessaire.

Ensuite, rabattre l'extérieur de la boule vers le centre.

Quand la boule n'est plus collante, c'est bon : on se muscle les bras !

Former une boule souple et élastique.

Laisser reposer 1h à température ambiante avec un torchon humide dessus.

Après ce temps, la pâte aura gonflée. L'étaler en rectangle directement sur le papier sulfurisé. Elle doit être un peu épaisse (4/5 mm).

Attention, ça colle donc remettre un peu de farine sur le plan de travail.

J'utilise une grande tôle rectangulaire donc je laisse bien déborder la pâte pour pouvoir faire l'ourlet et éviter que la garniture ne fuie.

Ma pâte est prête à recevoir la garniture sur une moitié seulement.

Couper les olives dénoyautés en 2 si on veut.

Râper le gruyère.

Recouvrir la moitié de la pâte avec les lardons, les olives et le gruyère râpé.

Saler un peu et poivrer.

Saupoudrer d'herbes de Provence.

Laisser 1 cm sur le bord sans garniture (sauf sel, poivre et herbes de Provence) et mouiller légèrement (avec 2 doigts) le bord.

Transpercer avec un couteau la moitié vide par 3 entailles.

Rabattre cette dernière sur la moitié garnie et bien souder les bords.

Ourler un peu ce bord.

Couper le papier sulfurisé en trop.

Laisser à nouveau gonfler 40 minutes avec le torchon humide posé dessus.

Préchauffer le four à 200°C.

Badigeonner délicatement avec un pinceau le dessus de la fougasse avec de l'huile d'olive.

Enfourner et cuire ensuite pendant environ 35 à 40 minutes.

Elle va dorer et durcir un peu mais en tiédissant elle va se ramollir.

Servir tiède ou froide.

Astuces :

On peut utiliser du lard fumé et le découper soi-même après avoir enlevé la couenne.

Je remplace le poivre par du piment d'Espelette si mes convives ne craignent pas.

Je la sers souvent en petits carrés à l'apéro.

On peut utiliser le pétrin pour faire la pâte, j'utilise le crochet, position 2 pendant 5 minutes.