

## FOCACCIA

RECETTE DE LUCIE



RÉALISATION : ENVIRON DEUX HEURES

A manger avec une salade de saison par exemple, pour le repas de midi ou celui du soir.

Une super idée aussi pour l'apéro, coupée en petits morceaux et avec un plateau de fromages.

## INGRÉDIENTS

POUR 1 FOCACCIA

- 250 g de farine blanche
- 10 g de semoule de blé gros grain
- 7 g de levure boulangère fraîche
- 5 g de sel
- 25 g d'huile d'olive
- 160 g d'eau fraîche

## PRÉPARATION

1. Mélanger tous les ingrédients
2. Mettre la pâte sur le plan de travail et la travailler en l'étirant et en la repliant sur elle même pour emprisonner l'air pendant 7 minutes - ne pas rajouter de farine !
3. Aplatir et laisser reposer à l'abri des courants d'air pendant environ 1 heure
4. Préchauffer le four à 250°C avec un récipient (bol, plat à gratin) rempli d'eau à l'intérieur
5. Faire de petits trous avec les doigts
6. Ajouter les ingrédients selon les goûts : huile d'olive, olives, tomates, oignons, pignons, romarin, herbes de Provence, fleur de sel...
7. Enfourner et baisser le four à 220°C
8. Cuire 25 à 30 minutes
9. Éventuellement ajouter d'autres ingrédients à la sortie du four : copeaux de parmesan, viande séché...

## OÙ TROUVER...

... DE LA LEVURE BOULANGÈRE FRAÎCHE ?

Au *Bocal Local*

... DE LA FARINE ET DE LA SEMOULE ?

A *Nature en Vrac*, au *Bocal Local*...