

Sandwichs maison



Levain

75 g de farine
75 g d'eau
2-3 g de levure

Mélanger, couvrir et laisser lever 2 à 3 h. à température ambiante.

Pâte

500 g de farine (en mélange)
½ cc de malt ou sucre ou 1 cc de miel
10 g de levure + le levain
3 dl de lait / eau
10 g de sel
50 g de beurre ou d'huile

Adjonction:

60 g d'olives noires émincées
80 g de tomates séchées et conservées à l'huile, hachées

Fabriquer la pâte et la laisser lever 1½ à 2 h. à couvert.

Façonnage:

- Abaisser la pâte en rectangle
- Poser sur le dos d'une plaque recouverte d'un papier à pâtisserie
- Laisser reposer 10 minutes
- Marquer les carrées ou les triangles à l'aide d'un bâton de 3 cm Ø
- Découper à la roulette
- Dorer et éventuellement fariner
- Laisser lever encore 10 à 15 minutes
- Cuire 20 à 30 minutes à 220° C
- Laisser refroidir et garnir selon vos goûts



Garnitures

Fraîcheur d'été: mozzarella et nectarines

Tartiner de beurre les 2 faces coupées des sandwichs

3 fines tranches de nectarines ou de tomates par pièce

3 fines tranches de mozzarella par pièce

Assaisonner au préalable avec quelques giclées de vinaigre balsamique et d'huile d'olive ou de colza, sel et poivre

Répartir du basilic ciselé sur la garniture.
Fermer le sandwich

En direct du jardin: Courgettes confites

Laver des courgettes et les couper en rondelles de ½ - ¾ cm d'épaisseur. Les disposer sur une plaque recouverte de papier à pâtisserie. Les saler, poivrer, sprayer d'huile d'olive ou de colza.

Cuire au four à 140° - 150° C pendant 45 minutes.

Mélanger du persil haché, de l'ail haché ou pressé, mélanger et répartir sur les courgettes. Ensuite les laisser encore 15 minutes au four.

Saupoudrer les courgettes de sbrinz ou gruyère.

Tartiner les deux côtés du pain coupé avec du pesto rouge et/ou vert. Garnir avec les rondelles de courgettes. Servir de suite.