

Focaccia

Recette tirée de <https://www.cestmafournee.com/2012/04/focaccia.html>

Attention, c'est long, il y a plusieurs temps de pousse !

Vous pouvez faire lever la pâte à température ambiante en été, sinon au four préchauffé à 40 ou 50°C (vous préchauffez, vous coupez, vous faites lever)

Ingrédients

- 500g de farine
- 10 grammes de levure de boulanger fraîche (ou 4 grammes de levure déshydratée)
- 8 grammes de sel
- 15 grammes d'huile d'olive
- 300 grammes d'eau tiède

Émulsion :

- 30 grammes d'eau
- 30 grammes d'huile d'olive
- 1 cuillère à café de sel

Éventuellement, du romarin.

Préparation

- émietter la levure et la mélanger à l'eau tiède
- attendre 5 à 10 minutes
- ajouter la farine, l'huile (les 15 grammes) et le sel
- pétrir longuement (± 8 minutes) à vitesse lente dans le robot
- si vous voulez incorporer des ingrédients (des olives, par exemple), c'est le moment. Continuer à pétrir quelques instants pour que ce soit bien incorporé. Les ingrédients doivent contenir le moins d'humidité possible
- mettre la pâte en boule, la huiler légèrement, la mettre dans un saladier et couvrir d'un torchon humide
- laisser reposer **10 minutes**
- déposer délicatement la boule de pâte sur une plaque recouverte de papier sulfurisé
- laisser reposer **10 minutes**

- étaler délicatement au rouleau à pâtisserie, sans appuyer pour ne pas crever les bulles d'air
 - laisser reposer **20 minutes**
 - émulsionner les 30 grammes d'eau, les 30 grammes d'huile et la cuillère à café de sel dans un bol ou un verre
 - au bout des 20 minutes, faire des trous dans la pâte avec les doigts en appuyant fortement et verser l'émulsion dans les trous
 - laisser reposer **10 minutes**
 - préchauffer le four à 200°C en chaleur tournante
 - laisser reposer **10 minutes**
 - si vous le souhaitez, vous pouvez saupoudrer de romarin
 - enfourner pour 20 minutes (elle doit être dorée)
-

Révision #3

Créé 24 mars 2023 15:44:28 par Luc

Mis à jour 13 mai 2024 11:19:51 par Luc