

Ficelles apéritives italiennes (mozzarella, jambon graines)

La Fournaise aux fourneaux
fournaiseaufour.canalblog.com

Ces petites ficelles apéritives sont délicieuses à manger tel que en apéro juste sorties du four. Il faut prévoir 3 heures en tout.

On peut varier énormément les ingrédients.

Voici la version italienne avec de la mozzarella, du jambon blanc et des graines.

Ingrédients (pour 6 ficelles) :

- * 250 g de farine + pour pétrissage
- * 15 cl d'eau tiède
- * 1 demi-cuillère à café de sel
- * 10 g de levure fraîche de boulanger
- * 60g de mozzarella
- * 100g de jambon blanc
- * 40g de graines (tournesol, courges, pignon...)
- * poivre



Préparation :

Dans un bol, émietter la levure et verser dessus l'eau tiède. Laisser reposer 5 minutes.

Dans le bol du robot, verser la farine et le sel. Mélanger afin que le sel n'entre pas en contact direct et massivement avec la levure.

Verser dedans le mélange eau-levure.

Pétrir la pâte jusqu'à ce qu'elle devienne souple, élastique et qu'elle se détache des parois du saladier. (Moi position 2 pendant 4-5 minutes avec ajout de farine vers la fin).

Couvrir le bol du robot avec un linge humide. Laisser reposer la pâte dans un endroit tiède pendant 1h30, jusqu'à ce que la pâte double de volume.

Couper la mozzarella et le jambon en petits cubes.

Lorsque la pâte a doublé de volume, poser-la sur le plan de travail fariné et dégazer-la.

Ajouter dans les ingrédients le fromage, le jambon, le poivre et les graines. C'est laborieux.

La couper en 6. Allonger chaque pâton en le roulant sur le plan de travail fariné.

Le petit pain doit mesurer 30 cm de long. Si la pâte colle trop, ajouter un peu de farine.

Déposer les pains façonnés sur une plaque de four recouverte de papier sulfurisé en les espaçant bien.

Couvrir les pains à l'aide du torchon humide et laisser reposer pendant 20 mn à température ambiante.

Pendant ce temps, préchauffez le four à 240° (th.8), **chaleur tournante**.

Avant d'enfourner, faire 5/6 entailles à l'aide d'un couteau tranchant sur chaque pain.

Laisser cuire pendant 10/15 mn à 240°, jusqu'à ce que les petits pains soient bien dorés.

Servir tiède (ou froid).

Astuces :

J'ai utilisé mon robot pâtissier tout neuf mais vous pouvez tout faire en pétrissant avec les mains. La pâte est moins lisse et homogène mais elle ira parfaitement quand même !

Dégazer la pâte consiste à faire sortir le gaz carbonique emprisonné dans la pâte en l'aplatissant : la presser avec la paume de la main (de l'intérieur vers l'extérieur) et ramener ce bout au centre. Répéter l'opération sur tous les côtés pour avoir à nouveau la forme de la boule initiale.

C'est un peu compliqué d'incorporer les ingrédients. Il faut le faire en plusieurs fois et bien mettre à l'intérieur de la pâte : faire comme une « barque », la remplir des ingrédients et la refermer pour bien faire pénétrer les ingrédients dans la pâte.

Sinon, j'incorpore au début avec le crochet pour aider.

Ces ficelles sont meilleures tièdes. Donc les faire réchauffer si nécessaire au four chaud quelques minutes avant la dégustation.

On peut partager la pâte en 2 avant d'incorporer les ingrédients afin d'avoir 2 saveurs différentes. Dans ce cas, prévoir moitié moins de garniture...

On peut déguster ce pain en apéro coupé en tranchettes.

On peut mettre du camembert, du parmesan, du Beaufort, du bleu, de la tome, des graines, des épices, de la tomate séchée, du magret de canard...

Laissez-libre cours à votre imagination !