

# 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.