

LES GRESSINS d'Ali



La liste de courses

- 135 ml d'eau tiède
- une cuillère à café de levure déshydratée
- 225 g de farine
- 5 g de sel
- 30 ml d'huile d'olive
- des graines de sésame ou de pavot

1



Dissous la levure dans 50 ml d'eau tiède (prélevés sur les 135 ml) et laisse reposer 10 min.

2



Verse la farine dans un saladier, ajoute la levure, l'eau restante, l'huile d'olive et le sel. Pétris 10 min pour obtenir une pâte souple et élastique.



3



Étale la pâte pour obtenir un rectangle de 15 x 20 cm. Badigeonne ce rectangle avec un filet d'huile d'olive. Couvre d'un film et laisse gonfler 1 heure.

4



Parsème la pâte de graines de sésame puis coupe-la en bandes. Fends chaque extrémité en deux.

5



Roule les extrémités sur elles-mêmes. Laisse gonfler 10 min. Préchauffe le four à 200° C. Enfourne 15 à 20 min.

Voici deux petites recettes de sauces pour accompagner :

Thyonnade

Mixe 1 boîte de thon nature avec 30 g de beurre, 10 cl de crème liquide et un filet de jus de citron. Ajoute du sel, du poivre et de la ciboulette ciselée et sers dans un joli pot.

Tapenade verte

Mixe une boîte d'olives vertes dénoyautées avec 5 cl d'huile d'olive, 1 cuiller à soupe de câpres, 1 cuiller à soupe de poudre d'amandes et 2 anchois à l'huile. Poivre et sers dans un joli pot.