



- Dans un doseur, délayez la levure avec l'eau tiède (idéalement à 35 °C).
- Dans un grand saladier (ou le bol de votre robot), mettez la farine. Faites un puit au milieu et versez l'eau et la levure petit à petit au centre en mélangeant soit avec l'autre main, soit à l'aide du crochet pétrisseur de votre robot (cf. photo). Ajoutez le sel puis mélangez à nouveau (à petite vitesse si vous utilisez un robot, vitesse 1 pour le Kitchen Aid) pendant 3 à 4 mn. Quand la pâte commence à être ferme, ajoutez 1 c. à soupe d'huile d'olive en filet, tout doucement. Augmentez la vitesse du robot (sur 2/3 pour le Kitchen Aid) et mélangez jusqu'à ce que la pâte se décolle complètement des bords de la cuve. Réduisez la vitesse du robot (1 pour le Kitchen Aid), ajoutez les olives, et éventuellement les autres ingrédients. Récupérez le paton, mettez-le dans un saladier couvert d'un papier film et laissez-le 30 mn à température ambiante. Puis mettez-le sur un plan de travail fariné, et donnez-lui un rabat. Cela consiste à placer vos doigts (farinés) sous le paton et à l'étirer doucement en lui donnant une forme de carré. Si la pâte colle, mettez un peu de farine. Puis prenez deux coins et rabattez-les vers le centre. Faites de même avec les deux autres coins (comme pour former une enveloppe). Quand vous obtenez une enveloppe, rabattez à nouveau les coins vers le centre jusqu'à former une boule avec une jointure au milieu. Caressez la surface la pâte pour enlever le surplus de farine, remettez la pâte (jointure en dessous) dans un plat, filmez et réservez au réfrigérateur pendant 24h00.
- Une fois le temps de pause écoulé, façonnez votre focassade. Préchauffez votre four à 240°C (en chaleur normale, statique, pas de chaleur tournante).

Ingrédients pour 4 pers. :

Vous aurez besoin d'un pinceau, d'une grille de refroidissement et éventuellement d'un robot avec un crochet pétrisseur

Quantités pour une grande focassade ou 3 petites

250 g de farine de blé T55 + un peu plus pour le plan de travail
 5 g de sel
 2 g de levure de boulanger fraîche (si vous utilisez de la levure sèche, mettez-en deux fois moins)
 150 ml d'eau
 1 c. à soupe pour la pâte + 2 c. à soupe pour le dressage d'huile d'olive

Pour la garniture de la focassade :

60 g d'olives noires dénoyautées et coupées grossièrement

Variantes :

Pour une version à la provençale, vous pouvez mettre 30 g d'olives noires et 30 g d'olives vertes, 60 g de tomates séchées, quelques feuilles de basilic et 1/2 gousse d'ail finement émincée.

Vous pouvez également mettre au choix :

- des anchois,
- des poivrons et des petits dés de chorizo,
- des lardons et des oignons confits,
- des tomates confites et des olives noires,
- du fromage...



- Sur un plan de travail fariné, étalez la pâte délicatement avec les mains bien à plat. Donnez-lui une forme un peu ovale avec une épaisseur de 1/2 à 1 cm. Glissez votre pâte sur une plaque de cuisson antiadhésive. Avec un couteau faites 3 incisions de biais sur un côté et 3 de l'autre (comme les nervures d'une feuille). Écartez légèrement les incisions avec vos doigts pour former des trous.
- Mettez au fond du four un petit ramequin avec 150 ml d'eau. Enfournez pour 12 à 15 mn jusqu'à ce que la fougasse soit légèrement dorée.
- Dans un bol, mettez 2 c. à soupe d'huile d'olive. À la sortie du four, mettez la fougasse sur une grille de refroidissement et quand elle est encore bien chaude, badigeonnez-la rapidement et généreusement d'huile d'olive au pinceau. Servez tiède ou froid.



Cette pâte peut également servir de pâte à pizza.

Le chef Boudot prépare directement sa pâte sur un grand plan de travail en bois (en faisant un puit au centre de la farine et en versant l'eau petit à petit en remuant avec l'autre main). Pour ma part, je préfère la faire dans un saladier, je trouve que cela est plus facile ensuite pour le nettoyage mais à vous de voir !

Le sel et la levure ne font pas bon ménage, évitez de les mettre en contact direct (cependant si vous mélangez votre pâte immédiatement, ce n'est pas très grave...).

Si la pâte colle, c'est qu'elle n'est pas assez travaillée, continuez à la pétrir.

À chaque fois que vous travaillez la pâte, laissez-la ensuite reposer au moins 15 mn (et beaucoup plus pour le premier temps de levée).

Pour éviter que la pâte ne colle aux doigts, mouillez vos doigts dans un bol d'eau froide.

La température idéale pour faire du pain, c'est une pièce entre 22 et 25°C (pour la levée 25°C). Le minimum est 21°C, il ne faut pas qu'il fasse plus froid !

Plus vous mettez d'eau dans votre pâte, meilleur sera le pain : la mie sera plus légère, plus aérée. Mais il ne faut pas en mettre trop non plus... C'est ce que mesure le taux d'hydratation (TH). C'est la proportion d'eau dans une pâte, ou plus exactement, le rapport eau/farine. Par exemple, une pâte composée de 500 g de farine et de 330 g d'eau a un TH = $330/500 = 0,66$ soit 66%.

D'après le chef Boudot, une bonne hydratation c'est 70 à 72% et au minimum 65%. Il a déjà travaillé une pâte avec 90% d'eau mais cela demande beaucoup de technique. En réalité, il n'y a pas de règle précise, cela va dépendre de la qualité d'absorption de la farine utilisée (il faudrait demander conseil au meunier !). Si on débute en boulangerie (ce qui est mon cas ;-)), il est préférable de commencer vers 60% et ne pas aller au-delà de 65/66%. À l'école du Cordon Bleu, les farines sont de la marque Floricher.

Le chef Boudot préfère laisser reposer la pâte dans des bacs en plastique (plutôt que des bols en inox qui sont trop froids).

Pour la cuisson, il faut un four très chaud (utilisez la chaleur statique car la chaleur tournante dessécherait la pâte) et de l'humidité pour aider à la formation d'une belle croûte (d'où la présence du ramequin rempli d'eau).

Le crochet pétrisseur du Kitchen Aid :



