

## Fouguettes au pavot



### Ingédients pour 4 déjeunettes Silform®:

- 500 g de farine type 55
- 1 sachet de mix Pizzas Gourmandises®
- 300 g d'eau tiède
- 60 g huile d'olive

### Garniture pour 4 fouguettes :

- 1/2 boîte de purée de tomates cuisinées
- QS de secret d'aromes plein sud Knorr
- 300 g de lardons fumés
- QS d'olives noires dénoyautées
- 1 bûche de chèvre coupée en dés
- 200 g de féta en miettes
- QS de Duo d'oignons (surgelé)
- Huile d'olives
- QS de graines de pavot

### Confectionner la pâte à fougasse :

(au Cook'in, au robot ou à la main.)

Mélanger la farine et le mix pizza. Ajouter l'eau tiède, pétrir un peu et ajouter l'huile. Pétrir 3 à 5 min.

Bouler la pâte en la farinant légèrement, filmer le bol et laisser lever 10 min.

Préchauffer le four à 210°C – th7. Poser les empreintes sur la plaque alu perforée.

### Confectionner les fouguettes :

Rabattre et dégazer sur la Roul'Pat® farinée. Partager en 4 pâtons égaux.

Étaler en rectangle (longueur déjeunettes). Badigeonner de purée de tomates. Saupoudrer d'aromes Plein Sud. Étaler une poignée de lardons. Répartir les fromages. Couper les olives et mettre sur le reste. Saupoudrer de Duo d'oignons (surgelé).

Rabattre légèrement les bords de pâte vers le centre et plier en 2. Façonner délicatement en baguettes et placer dans les empreintes.

Badigeonner à l'huile d'olive. Parsemer de graines de pavot. Inciser de plusieurs entailles en biais.

Laisser lever environ 10 min.

Enfourner environ 25 à 30 min selon votre four, surveiller la cuisson. (du fait de l'huile et du Silform® vous pourrez observer quelques fumées lors de la cuisson)

Servir chaud avec une salade verte, vinaigrette balsamique.

## Déroulé du garnissage et façonnage

