



## La fougasse des Charentes

- Par [vision-plaisir](http://vision-plaisir)

Pas de chauvinisme mais un Charentais qui revendit ses origines et son amour pour sa région.

### Les ingrédients pour la recette :

#### Pâte à fougasse :

- 900 g de farine (450 g T55 et 450 g T65 BIO )
- 80 g d'huile d'olive
- 50 g d'huile de noix
- 75 g de lait demi-écrémé
- 450 g d'eau
- 15 g de levure de boulanger
- 20 g de sel fin
- 25 g de beurre des Charentes

### Pâte de persil :

- 50 g d'huile de noix
- 50 g d'huile de noisette
- 50 g de lait demi-écrémé
- 50 g de crème liquide
- 400 g de farine T45
- **1 botte de persil plat**
- 50 g de cognac\*

### Ingrédients complémentaires :

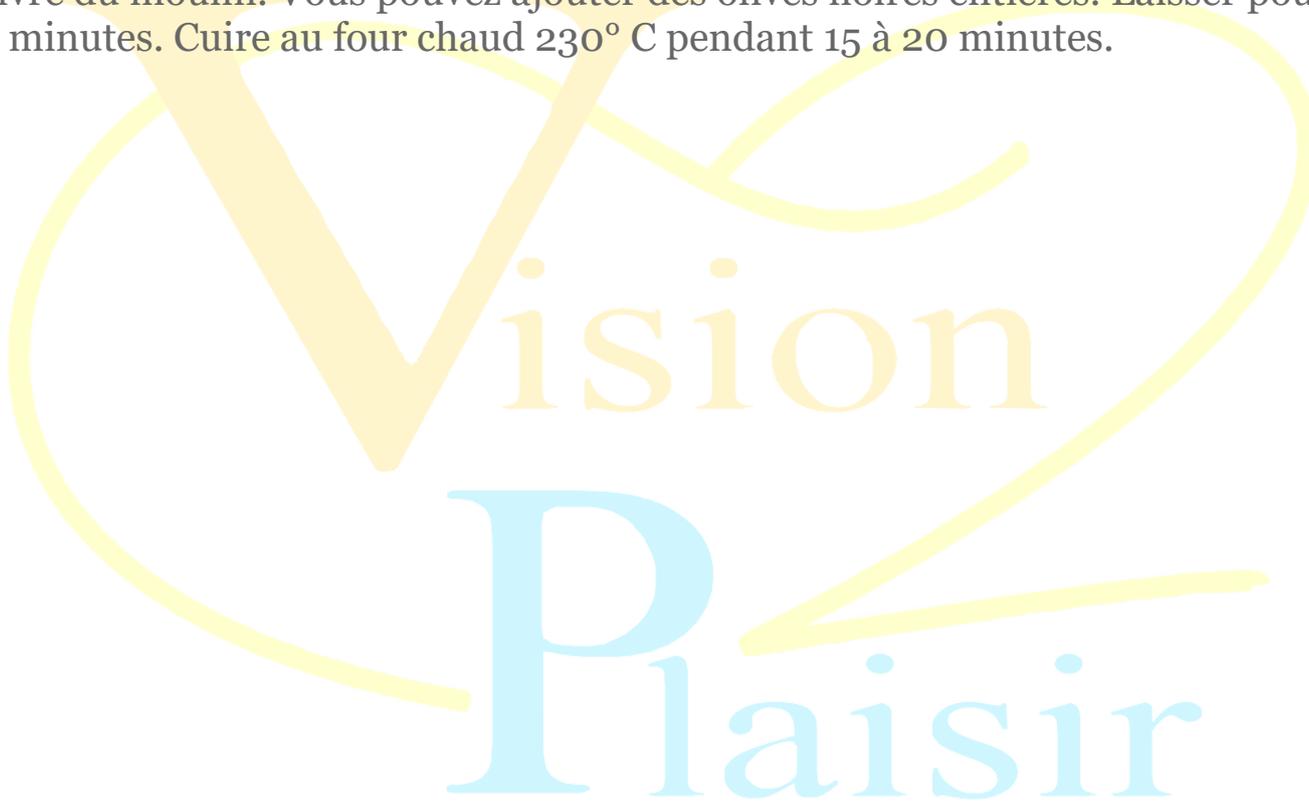
- 2 tomates fraîches
- 50 g d'olives noires hachées
- 3 gousses d'ail hachés
- 1 chabichou ( fromage des Charentes )

Pour **8** personnes

### **La réalisation de la recette :**

Dans la cuve du batteur, **pétrir la farine** avec l'**huile de noix** et l'huile d'olive, le lait, l'eau et la levure de boulanger pendant 4 minutes. Ajouter le **beurre des Charentes** et le sel fin, pétrir à nouveau pendant 5 minutes. **Laisser pointer (pousser)** pendant 1 h 30. Pendant ce temps, réaliser la **pâte au persil**. Dans la cuve du hachoir, mettre le **persil** plat et hacher. Ajouter au persil l'huile de noix, l'huile de noisette, le lait, la crème liquide et le cognac. Assaisonner de sel fin et poivre du moulin. Ajouter la farine puis mixer le tout. **Réserver au réfrigérateur** pendant 1 heure minimum. Après 1 heure au réfrigérateur, sortir la pâte de persil et la couper en deux. **Etaler les deux morceaux** d'une grandeur de **20 x 15 cm**. Les disposer sur une plaque à pâtisserie. Après la

pousse de votre pâte à fougasse, abaisser votre pâte en forme de rectangle d'environ **40 x 30 cm**. Déposer sur le haut de la pâte à fougasse la pâte à persil. Assaisonner de sel fin et poivre du moulin. **Refermer la pâte** en la pliant en deux. **Voir la vidéo** pour bien comprendre la procédure. Déposer sur vos plaques de pâtisserie farinées. Réaliser des incisions sur votre pâte à l'aide d'un coupe pâte ou d'un couteau en forme d'épi. Étirer légèrement **les côtés de la pâte** pour faire apparaître les trous dans la pâte et remplir correctement votre plaque à pâtisserie (voir vidéo). Étaler au pinceau de l'huile de noix et parsemer de brisures **d'olives noires et d'ail haché**. Ajouter des morceaux de **chabichou** en petits morceaux sur toute la surface de la fougasse. Couper des quartiers de tomates et les disposer **sur la fougasse**. Assaisonner de sel fin et poivre du moulin. Vous pouvez ajouter des olives noires entières. Laisser pousser 30 minutes. Cuire au four chaud 230° C pendant 15 à 20 minutes.

 Vision  
Plaisir