

Petits pains roulés aux olives ou au sésame

Temps de préparation: 20 minutes

Attente: 3 heures / 3 heures 30

Cuisson: 12 à 15 minutes

Ingrédients pour 12 petits pains:

- 500 g de farine bise biologique
- 300 g d'eau tiède
- 20 g de levain de blé déshydraté
- 2 cuil. à café de sel aux herbes
- 5 cl d'huile d'olive
- 100 g d'olives noires + Fleur de sel

ou

- 100 g de graines de sésame + huile de sésame

Recette:

1) Pétrir ensemble la farine, l'eau, le sel, le levain et l'huile d'olive pendant environ 15 minutes. Couvrir d'un linge et laisser lever la pâte pendant 2 heures à 2 heures 30.

2) Séparer la pâte en 12 petites boules égales. Fariner le plan de travail et étaler chaque boule en bande de 5 cm sur 15 cm.

3) **Variante 1** : mixer les olives pas trop finement et les répartir en les étalant sur les bandes de pâte. Rouler les bandes de pâte pour former des petits pains, les déposer sur un plaque et les saupoudrer d'une pincée de fleur de sel. Laisser lever de nouveau pendant une petite heure.

4) **Variante 2**: badigeonner les bandes de pâte d'huile de sésame à l'aide d'un pinceau. Saupoudrer de graines de sésame. Rouler les bandes de pâte pour former des petits pains, les déposer sur un plaque et laisser lever de nouveau pendant une petite heure.

5) Préchauffer le four à 240°C avec un récipient rempli d'eau à l'intérieur (ce qui permet d'obtenir une croûte plus dorée). Enfourner les pains pendant 12 à 15 minutes jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés. Laisser refroidir avant de déguster.

