

ATELIER CUISINE : Pizza

Matériel :

- 1 spatule rigide
- 1 saladier
- 1 bol



Ingrédients : Pour 4 personnes

- 250 g de farine T00 ou T45
- 10 g de Sel
- 12,5 cl d'eau
- 2 à 4 cuillère à soupe d'huile d'olive
- 2,5 cl de lait
- 5 g de levure du boulanger
- Semoule de blé fine (facultatif)

Préparation de la pâte :

- Dans un bol, mettre le lait tiède et la levure du boulanger, bien remuer et réserver 15 minutes
- Dans un saladier, mélanger la farine, le sel, l'huile et l'eau, puis la levure réhydratée
- Pétrir pendant 10 à 15 minutes, la pâte ne doit pas coller dans le saladier sinon ajouter un peu de farine
- Bouler la pâte, la recouvrir d'un film alimentaire et d'un linge humide pendant au moins 1 heure à proximité d'une source de chaleur (elle va doubler de volume), plus la pâte repose, plus elle gonflera en cuisson et sera digeste
- Fariner légèrement la pâte pour la décoller du saladier, fleurir le plan de travail
- Dégazer la pâte en la compressant

Etaler la pâte :

- Découper la pâte en deux
- Fleurir le plan de travail avec de la farine ou de la semoule de blé fine
- Bouler la pâte en la rabattant sur elle-même sur le même côté
- Avec les doigts, appuyer sur le contour en laissant 1 centimètre sur le bord (on forme un chapeau)
- Avec les doigts, écraser le centre de la pâte, elle va commencer à s'agrandir
- Avec les mains, agrandir la pâte du centre vers l'extérieur et tourner d'un quart de tour entre chaque passage (faire le Dj)

Astuce :

- Pour plus de moelleux, augmenter la quantité de lait et diminuer d'autant la quantité d'eau
- Pour plus de croustillant, augmenter la quantité d'huile

ATELIER CUISINE : Pesto

Matériel :

- 1 mixeur ou mortier

Ingrédients : Pour 4 personnes

- 4 bottes de basilic frais
- 3 g de Sel
- 30 g de pignons de pin
- 6 cl d'huile d'olive
- 1 gousse d'ail
- 65 g de parmesan râpé



Préparation de la pâte :

- Dans un mixeur ou mortier, broyer l'ail avec les pignons de pin jusqu'à l'obtention d'une crème homogène
- Ajouter le sel et le basilic, broyer l'ensemble (au mixeur mettre de petits à-coups pour ne pas chauffer le basilic)
- Ajouter le parmesan, puis l'huile au fur et à mesure tout en remuant
- Réserver au frais

Astuce :

- Pour diminuer le coût de la recette, mettre des amandes à la place des pignons de pins
- Pour un pesto rosso, ajouter des tomates séchées et/ou des poivrons