

## Petits pains sans pétrissage aux 2 olives

# Des petits pains malins à réaliser chez soi en 15 minutes !

- 4 Pers.
- 15 Min.
- 35 Min.

Des petits pains aux olives parfumés à l'huile d'olive pour accompagner vos plats ou vos fromages en un temps record et sans pétrissage ? Oui c'est possible.

Voici une recette idéale pour sauver des dîners ou déjeuners lorsqu'on a oublié d'acheter du pain, vous n'avez même pas besoin d'avoir un robot pour pétrir ni avoir recours à l'huile de coude pour préparer la pâte, il suffit de tout mélanger avec une cuillère en bois et hop en une heure et demie on a des petits pains croustillants, bons et surtout du fait maison.

Maintenant, c'est à vous ! Et surtout n'hésitez pas à partager avec nous vos impressions et votre expérience boulange avec l'huile d'olive...

### Ingrédients

- 375 g de farine T45
- 12 g de levure boulangère fraîche ou 1 càc de levure sèche
- 1 cuillère à café de sel
- 25 cl d'eau tiède
- 5 cl de lait tiède
- 1 cuillère à soupe d'**huile d'olive vierge extra**
- 1 cuillère à café de miel
- 60 g d'**olives vertes dénoyautées** et coupées en rondelles
- 60 g d'**olives noires dénoyautées** et coupées en rondelles

### Préparation

Versez la farine et le sel dans un grand saladier, formez un puits au centre et y émiettez la levure. Ajoutez l'eau tiède. Délayer la levure avec les doigts et recouvrir d'une couche de farine. Ajoutez les **olives en rondelles**, l'**huile d'olive** et le miel délayé dans le lait tiède. A l'aide d'une cuillère en bois amalgamez le tout sans pétrir. La pâte est très collante, c'est normal.



Saupoudrez la pâte d'une cuillère à soupe de farine. Couvrez le saladier d'un torchon humide et laissez reposer pendant 1h dans une température ambiante et à l'abri des courants d'air. La pâte doit doubler de volume.



*Préchauffez le four à 200°C.*

Déposez la pâte levée sur un plan de travail bien fariné, essayez de former un long boudin sans travailler la pâte puis coupez 10 pâtons à l'aide d'un couteau. Placez les petits pains sur une plaque couverte de papier sulfurisé puis mettez-les à cuire pendant 35 min.



Après cuisson, laissez les petits pains refroidir sur une grille.



- D'autres idées de recettes avec du pain
- Pain aux olives vertes et huile d'olive bio
- Pain torsadé aux lardons et olives
- Petits pains farcis aux olives
- Fougasse aux olives