Les épices curieuses
Explorateurs de saveurs étonnantes

LA CUISINE CURIEUSE, SIMPLEMENT

Focaccia aux oignons caramélisés, romarin et cristaux colorés

Focaccia oignons caramélisés : une pâte moelleuse, des oignons longuement confits et le parfum chaud du romarin se marient ici à des cristaux de sel qui croquent sous la dent. Cette focaccia se prépare en peu de gestes et offre une belle personnalité en bouche : douceur caramélisée, notes résineuses du romarin et éclats minéraux qui réveillent chaque bouchée. Idéale pour un déjeuner partagé, un pique-nique improvisé ou en accompagnement d’une soupe rustique, elle se prête aussi bien au plateau apéritif qu’à une tartine généreuse. En la sortant du four, parsemez-la juste avant service du Sel des connaisseurs pour un contraste de texture et un visuel coloré qui séduiront la table.

P	T	C	D
PERSONNES	PRÉPARATION	CUISSON	DIFFICULTÉ
4	**60 min**	**25 min**	**facile**

Ingrédients

- 500 g de farine de blé T55
- 7 g de levure sèche active (ou 20 g de levure fraîche)
- 320 ml d'eau tiède
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive + 1 filet pour le moule
- 1 cuillère à café de sucre
- 1 cuillère à café de sel fin (pour la pâte)
- 3 gros oignons jaunes
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive pour confire les oignons
- 1 branche de romarin + quelques aiguilles effeuillées
- Sel des connaisseurs — pour la finition (voir dosage)
- Poivre noir fraîchement moulu (facultatif)

LE MÉLANGE DE LA RECETTE



Sel des connaisseurs

Scanner pour voir le produit

Préparation

Prépare la pâte: dans un grand bol, mélange la farine, la levure et le sucre. Ajoute l'eau tiède et 2 c. à s. d'huile d'olive, puis mélange jusqu'à obtenir une pâte collante.

Pétris rapidement à la main ou au robot 6 à 8 minutes jusqu'à ce que la pâte soit souple. Incorpore la cuillère de sel en fin de pétrissage.

Forme une boule, huile légèrement le bol, couvre d'un linge humide et laisse lever 40 à 45 minutes à température tiède, jusqu'à ce qu'elle double de volume.

Pendant la pousse, prépare les oignons: émince-les finement. Dans une poêle, chauffe 2 c. à s. d'huile, ajoute les oignons et laisse confire à feu doux 20–25 minutes en remuant de temps en temps jusqu'à une couleur dorée. Réserve.

Préchauffe le four à 220 °C. Huile généreusement une plaque ou un moule rectangulaire (≈30 x 20 cm).

Étire la pâte directement sur la plaque huilée en étalant du bout des doigts pour obtenir une épaisseur régulière. Laisse reposer 10 minutes.

Avec les doigts, forme des empreintes sur toute la surface de la pâte. Répartis les oignons confits et quelques aiguilles de romarin. Arrose d'un filet d'huile d'olive.

Enfourne 20–25 minutes jusqu'à ce que la focaccia soit bien dorée et gonflée. À la sortie du four, laisse reposer 2–3 minutes puis parsème de Sel des connaisseurs (voir dosage) pour la finition.

Découpe et sers tiède ou à température ambiante, en tranches ou en carrés.

Le conseil des Épices Curieuses

Sers la focaccia tiède pour conserver le croquant des cristaux; si les grains semblent trop gros, écrase-les légèrement au mortier avant de saupoudrer. Pour une belle mie alvéolée, évite de trop travailler la pâte après la première pousse.