

# Paprikas

*Cuisine d'ici et d'ailleurs*

## GRESSIN OU GRISSINI !

Pour 20 gressins



**Préparation : 20 min**

**Repos : 1 h**

**Cuisson : 16 à 20 min**

### Ingrédients :

- 250 g de farine
- 1 cuillère à café de sel
- 12 g de levure boulangère fraîche ou 1 càc de levure boulangère sèche
- 25 ml d'huile d'olive
- 140 ml de lait tiède
- Graines de sésame
- Pavot bleu
- Graines de cumin
- Emmental râpé
- Fleur de sel

### Préparation :

Effritez la levure dans un petit récipient et la diluer avec une cuillerée de lait prélevée dans la dose tiédie.

Mettre la farine sur le plan de travail, faire une fontaine et y mettre la levure diluée, l'huile d'olive, le sel et le lait tiède.

Pétrir à pleines mains en amalgamant le tout puis pétrissez pendant 10 mn maximum. Remettre la pâte dans le saladier, couvrez-la avec un torchon propre puis laissez lever pendant 1 heure.

Préchauffez votre four à 200°C



Étalez la pâte en un carré de 2 cm d'épaisseur puis coupez la pâte en fines bandes. Prenez chaque bande et roulez-la sur le plan de travail avec la paume de la main pour obtenir des petits serpentins. Badigeonnez-les légèrement d'huile d'olive puis parsemez chacun de sésame, un autre de pavot, un troisième de graines de cumin, un quatrième de fleur de sel et un autre d'emmental râpée. Étirez-les légèrement et mettez-les sur une plaque allant au four. Mettez à cuire pendant 16 à 20 minutes selon votre four. Il faut que les gressins soient dorés. Laissez refroidir sur une grille puis dégustez.

[www.paprikas.fr](http://www.paprikas.fr)