

Pan bagnat rustique

écrit par Pariseyn | 8 avril 2019



On a profité de la réalisation du pavé rustique aux céréales pour l'utiliser dans un pan bagnat légèrement différent de [celui déjà proposé](#) il y a quelques temps. Il faut simplement prévoir des pavés un peu plus gros (12×12 à 15×15 cm au lieu de 10×10). Ce sandwich niçois est tellement bon qu'on n'hésite pas à le décliner, même si on s'éloigne un peu de la « vraie » recette du pan bagnat !

Ingrédients, pour 4 personnes :

4 [pavés rustiques aux céréales](#)

1 boîte de 280 g de thon au naturel

1 grosse tomate

1 petite boîte d'anchois à l'huile de 32 g

2 cébettes (petits oignons verts)

4 œufs

Une botte de radis

1 bouquet de basilic frais

100 g d'olives noires

De l'huile d'olive

Préparer tous les ingrédients :

Faire cuire les œufs 10 minutes dans de l'eau salée, puis passer sous l'eau froide pour les faire refroidir.

Écaler les œufs, couper en rondelles et réserver.

Laver et couper la tomate en fines rondelles.

Laver et couper quelques radis en rondelles.

Émincer les cébettes.

Dénoyauter les olives.

Ouvrir les boîtes de conserve et déposer leur contenu dans des assiettes séparées.

Couper les pains en deux dans l'épaisseur et badigeonner les deux parties d'huile d'olive à l'aide d'un pinceau alimentaire.

Assembler le pan bagnat :

Déposer les rondelles de tomate, le thon, les rondelles de radis, les olives, les cébettes, les anchois, les rondelles d'œufs et finir avec quelques feuilles de basilic.

Refermer avec le pain supérieur, presser légèrement.



Emballer les sandwiches dans du film alimentaire et laisser à température ambiante quelques heures jusqu'à la dégustation : cela permet aux arômes de se développer et aux saveurs de s'imprégner.

Dernière précision, n'utilisez pas d'olives industrielles dénoyautées : elles n'ont aucun goût. Rien à voir avec les délicieuses petites olives de Nice.