# Le vrai Pan Bagnat nissard

*pour 2 personnes*

Eh non ! Rien à voir avec le gros pain mou et bourratif farci de thon, d'oeufs et de haricots en boîte, bien gras, qui sévit chaque été sur les côtes. *CE* pan bagnat là, c'est celui de ma famille, celui des paysans italo-niçois qui l'emportaient sur les chantiers. Ça vous arrache la gueule mais ça vous rend tellement heureux...

**Ingrédients :**

½ oignon blanc

1 baguette de pain frais

2 gousses d'ail provençal, pas importé du Chili

2 grosses tomates bien mûres et parfumées

quelques anchois à l'huile (facultatif)

quelques feuilles de basilic

de l'huile d'olive, du sel, du poivre

**Préparation :** (à préparer quelques heures avant)

- La baguette doit avoir une croûte bien croustillante. Coupez-la en deux, en enlevant les quignons, puis fendez les deux parts en long, d'un seul côté, mais bien ouvert. S'il y a trop de mie, en enlever un peu, puis aplatir le pain ouvert sur le plan de travail.
- Faites légèrement toaster ou sécher les morceaux côté mie (la mie doit être un peu sèche).
- Pendant ce temps, épluchez l'ail, enlevez le germe. Frottez l'intérieur des deux demi-baguettes avec l'ail, jusqu'à ce qu'il n'y ait plus d'ail. Ayez pas peur.
- Pelez les tomates (à l'eau bouillante, vous savez faire…), puis coupez-les en deux, et épépinez-les. Une tomate par demi-baguette. Frottez et écrasez la tomate sur les deux côtés du pain ouvert.
- Sortez quelques filets d'anchois du bocal, égouttez-les, allongez-les sur le pain. (deux ou trois par demi-baguette, ça suffit amplement, mais si vous n'aimez pas, n'en mettez pas).
- Pelez l'oignon et émincez-le très très finement. Parsemez-en sur le pain, selon votre goût. Ciselez les feuilles de basilic, parsemez sur le pain.
- Maintenant, empoignez fermement la bouteille d'huile d'olive, fermez les yeux, et versez en larges rasades, en sifflant "Capriii, c'est finiiii". ^^ ...Bref, ne pleurez pas l'huile, surtout si elle est bonne. Salez un tout petit peu et poivrez beaucoup.
- Quand tout y est, refermez les deux demi-baguettes, ne vous inquiétez pas si elles sont juteuses et suintantes, du moment que la croûte est restée ferme. Emballez chaque pan bagnat dans une feuille d'alu, et laissez-les tranquilles quelques heures : les ingrédients vont faire leur cuisine, c'est à dire mélanger leurs sucs, et transformer la mie en une crème parfumée, violente et tendre, comme vous n'en avez jamais goûté !