



Pains buns ou pains hamburger



Pains moelleux, par chez nous peu connu sur le nom de "Buns" en revanche tous nous connaissons le nom de pain à "Hamburger"

En voici donc un bonne façon de réaliser vos pains burger maison !

Ingrédients : Recette réalisée au robot (bol et crochet)

<i>500 g de farine blanche</i> <i>1 œuf</i> <i>20 g de levure fraîche</i> <i>20 cl d'eau tiède</i> <i>8 g de sel</i>	<i>25 g de cassonade</i> <i>8 cl de lait + un peu pour la dorure</i> <i>30 g de beurre mou</i> <i>2 c. à s. de graines (sésame, pavot)</i>
--	---

Préparation :

Délayer la levure dans les 20 cl d'eau tiède.

Verser la farine, la levure délayée, la cassonade, l'œuf, le sel et le lait dans le bol.

Installer le crochet. Pétrir votre pâte sur une vitesse lente durant 10 min.

Ajouter le beurre. Pétrir votre pâte à vitesse rapide durant 5 min.

Fariner votre plan de travail et poser la pâte recouverte d'un linge humide.

Laissez lever 2 heures à température ambiante.

Diviser la pâte en 8 et façonner en boule.

Poser les sur une plaque légèrement huilée et laissez lever 1 heure couvert d'un linge à température ambiante.

Badigeonner les pains de lait (légèrement), puis saupoudrez de graines de sésame ou de pavot avec parcimonie.

Faites cuire 20 minutes dans un four préchauffé à 200 °C

Info-Conseils

Inutile de mettre 2 litres d'huile sur la plaque !

Soyez léger avec votre main pour badigeonner les pains de lait, pour ne pas faire trop retomber la pâte.