



---

## *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 1 œuf 20 g de levure fraîche 20 cl d'eau tiède 8 g de sel</i>	<i>25 g de cassonade 8 cl de lait + un peu pour la dorure 30 g de beurre mou 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.*