

Buns (pains à hamburger)

Recette tirée de <http://long.blog.lemonde.fr/2016/05/13/lecologie-selon-jean-kevin/>.

Ingrédients (pour 4 buns)

buns

- 250 grammes de farine
- 50 grammes de beurre
- 1 cuillère à café de sucre
- 1 cuillère à café de sel
- 1 sachet de levure boulangère
- 150 grammes de lait
- 1 œuf
- des grains de sésame

Préparation

- faire tiédir le lait (un petit coup au micro-ondes) ;
- y mettre la levure, mélanger un petit coup, laisser reposer un peu pour que la levure se réhydrate bien ;
- mélanger la farine, le beurre, le sucre et le sel dans un saladier
- terminer de mélanger la levure et le lait ;
- incorporer peu à peu le lait au contenu du saladier tout en mélangeant (ne pas trop pétrir) ;
- laisser reposer la pâte couverte d'un torchon propre pendant au minimum une heure (deux ou trois, c'est mieux) ;
- former 4 boules de pâte, relaisser reposer une heure ;
- préchauffer le four à 200°C ;
- badigeonner de jaune d'œuf, saupoudrez de grains de sésame ;
- faire cuire 10 minutes à 200°C.

Révision #1

Créé 23 janvier 2020 15:57:59 par Luc

Mis à jour 23 janvier 2020 16:11:13 par Luc