

## Buns

Waiting for the sun  
<http://waitingforthesun.caladanog.fr/>



### Ingrédients pour 8 gros buns

#### *Pâte briochée*

- 400 g de farine
- 1 œuf
- 200 ml de lait tiède
- 12 g de levure fraîche de boulanger
- 1 càc de sel
- 1 càc de sucre
- 70 g de beurre mou

#### *Garniture*

- 350 g de viande hachée
- 1 petite boîte de maïs (140 g égoutté)
- 1 poivron rouge
- 2 tomates
- 1 càc de cumin en poudre
- quelques gouttes de tabasco
- 1 boîte de tomates concassées (425 g égouttées)
- 1 oignon
- sel, poivre, huile d'olive

Préparer la pâte à brioche. Mettre les ingrédients dans la MAP dans l'ordre : lait mélangé à la levure, sucre, œuf, farine, sel, puis le beurre mou lorsque le pâton commence à se former. Programme pâte en entier.

Préparer la garniture :

Laver le poivron, enlever les graines et le couper en petits cubes. Laver les tomates, enlever les pépins et les couper en cubes.

Dans une grande poêle, faire revenir l'oignon émincé dans un peu d'huile d'olive.

Ajouter le poivron, la viande émietée. Mélanger et laisser cuire 15 à 20 minutes. Ajouter les tomates en cubes, la boîte de tomates concassées. Saler, poivrer, ajouter le cumin, un peu de tabasco, laisser mijoter encore 10 minutes. Ajouter le maïs égoutté, et réserver.

Sortir le pâton de la MAP et le diviser en 8 parts égales. Étaler chaque boule de pâte en cercle, et déposer dessus plusieurs cuillères de garniture. Refermer chaque buns en repliant la pâte sur le dessus.

Retourner les buns pour que les jointures de pâte restent dessous. Déposer sur une plaque chemisée de papier cuisson. Badigeonner d'œuf battu ou de lait. Allumer le four th6, 180°C. Faire cuire 25 à 30 minutes, jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés.