

PAINS pour HAMBURGERS

Waiting for the sun

<http://waitingforthesun.caladan09.fr/>



Pour 8 à 10 pains

Préparation 20 min

Cuisson 15 min

Repos : 2h (ou une nuit) + 5 min + 1h30

INGRÉDIENTS

• 500 g de farine T55 ou T65 • 1 càc de levure de boulangerie sèche • 1 càc de sel • 200 g d'eau tiède • 75 g de lait tiède • 1 œuf • 30 g de beurre ramolli • 1 jaune d'œuf + 1 càs de lait pour la dorure • un peu de sésame

RÉALISATION

Sortir les ingrédients à l'avance pour qu'ils soient juste tempérés.

Dans le bol du robot mélangeur, mettre la farine, la levure et le sel séparés, le sucre. Creuser un puits et verser le lait et l'œuf battus, et l'eau tiède. Laisser pétrir quelques minutes jusqu'à donner du corps à la pâte.

Ajouter le beurre coupé en petits morceaux et pétrir jusqu'à obtenir une pâte homogène (8 à 10 min). Elle doit être légèrement adhérente mais pas collante.

Mettre en boule dans un saladier huilé, couvrir d'un film alimentaire et **laisser lever 2h**. La pâte va doubler de volume.

On peut également préparer cette pâte la veille et la laisser pousser toute une nuit au frigo.

Chemiser une grande plaque de papier cuisson.

Verser la pâte avec précaution sur un plan de travail légèrement huilé ou fariné. La replier 2 ou 3 fois sur elle-même.

Diviser en 10 parts (100 g environ).

Les couvrir d'un torchon (toujours sur le plan de travail) et **laisser reposer 5 minutes**.

Façonner ensuite de petites boules de pâte bien rondes et les déposer sur la plaque préparée en les espaçant de 5 à 6 cm.

Appuyer délicatement sur chaque boule.

Laisser reposer 1h30. Les buns vont gonfler et d'une à deux fois leur volume initial.

Préchauffer le four th7 (200°C) un peu avant le temps de repos. Badigeonner délicatement d'un mélange jeune/lait. Saupoudrer de sésame.

Enfourner pour 15 minutes. Le dessus doit prendre une jolie couleur caramel.

Laisser refroidir sur une grille.