

Buns maison



Je commence la semaine en vous proposant une nouvelle recette de buns maison ! Honnêtement je les ai largement préférés à la [recette précédente](#) ! Ils étaient mille fois meilleurs, beaucoup plus moelleux, épais,...vraiment trop bons ! Je les ai adorés et pour sûr je referais cette recette ! Par ailleurs, dans la recette d'origine les quantités que je vous mets sont divisées par deux et le poids des pains est de 150g au lieu de 180g comme dans ma recette. J'ai multiplié les quantités pour avoir plus de pains car la recette d'origine n'est que pour 4 à 5 pains (nous étions plus) et c'est pour des pains de 10 à 12cm, je voulais donc obtenir des plus gros pains pour faire de vrais gros burgers. A la faim de ma recette je vous proposerais la garniture de mon burger que j'ai fait, vraiment délicieux, je me suis régalé !

Pour 7 gros buns de 13 à 15cm

Ingrédients:

720g de farine

400ml de lait

20g de levure de boulanger fraîche

30g de sucre

4g de sel

4c. à café de jus de citron

40g de beurre ramolli

Des graines de sésame

Préparation:

Coupez les barres lions en tranches plus ou moins grosses et réservez dans un bol.

Dans le bol d'un robot, mélangez la farine avec le lait tiède, la levure de boulanger émiettée, puis le sucre, le sel, le jus de citron et le beurre. Mélangez bien et mettez à pétrir pendant 5min. La pâte doit se décoller des parois.

Divisez ensuite la pâte en plusieurs pâtons de 180g environ chacun et disposez-les sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé. Laissez-les reposer à température ambiante sous un linge humide pendant 50min. Ils doivent doubler de volume.

Quinze minutes avant la fin de temps de levée, préchauffez le four à 210°C (th.7).

Déposez un peu d'eau avec le doigt sur chaque pâton, puis saupoudrez de graines de sésame.

Remplissez d'eau la lèchefrite et enfournez les pains sur une grille placée au-dessus avec une cuisson si possible à chaleur tournante pendant 15 à 20min, jusqu'à ce que les buns soient dorés.

Laissez légèrement refroidir avant de servir. Les buns se conservent 2 jours et peuvent très bien se mettre au congélateur, il y a juste à les décongeler la veille ou le matin et les réchauffer 15min au four à 150-180°C.

Ma recette de burger: J'ai déposé sur chaque tranche de buns un peu de sauce barbecue. Ensuite j'ai déposé une croquette de thon réchauffé au four pendant 10min, sur laquelle j'ai mis une tranche de cheddar (je l'ai mis à la dernière minute sur la croquette de thon pour que la tranche de fromage fonde légèrement). Une à deux feuilles de salade et j'ai refermé le tout !