

A la baguette

Pains et viennoiseries

Bun's longs pour pains burger

Ingrédients :

Pour la pâte à bun's longs (9 pains)

- 1 sachet de préparation pour pâtes à pains
- 310 g de lait demi-écrémé
- 500 g de farine de gruau t45 (gruau d'or)
- 15 g de sucre en poudre
- 70 g de beurre

Pour la garniture

- de la sauce (de votre choix)
- des filets de colin panés ou des aiguillettes de poulet des tranches de tomates
- des tranches de cornichons aigres doux
- des tranches de cheddar (fromage)
- des feuilles de salade verte



Préparation :

Pour la pâte à bun's longs (9 pains)

Dans le bol, verser la levure et le lait demi-écrémé. Tiédir 30 secondes - 40°C - vitesse 3. Ajouter la farine, le sucre et le beurre coupé en cubes. Mélanger 30 secondes - vitesse 3. (sans verre doseur) Pétrir 2 minutes - fonction Pétrir. (sans verre doseur) Laisser la pâte pousser dans le bol au moins 30 à 40 minutes.

Pour le façonnage et de le la cuisson

Préchauffer le four à 190°C. Placer les toiles Silpain sur des plaques alu perforées. Sortir la pâte du bol. Sur la Roul'pat, dégazer la pâte. Partager en 8 à 9 pâtons égaux. Allonger légèrement la pâte pour former des petits pains ovales. Les placer sur les toiles Silpain (5 par toile en quinconce). Placer un torchon et laisser au repos 30 minutes environ. Inciser les pains dans la longueur. Badigeonner d'œuf au pinceau. Parsemer de flocons d'avoine concassés au Tornado.

Suggestion :

Placer la salade après réchauffage. (pour ma part). Servir avec des potatoes maison.

Enfourner pour 15 minutes de cuisson à 190°C (selon four). A la sortie du four, couvrir d'un torchon pour garder le moelleux puis une fois refroidis, placer dans une boîte à gâteau.

Pour la garniture

Couper les pains en 2. Toaster la face coupée des bases à la poêle ou au grill. Tartiner les 2 faces coupées de sauce tartare ou béarnaise.

Faire griller les filets de colin panés ou aiguillettes de poulet panées (maison : farine, œuf, chapelure de corn flakes).

Ajouter des tranches de tomate, de cornichons aigres-doux, de fromage cheddar (pas de toastinettes).

Réchauffer l'ensemble au micro-ondes ou four ou grill (au choix).