



Pâte à pain au lait

Pour l'élaboration des pains à hamburger

Ingrédients :

- 500 g farine
- 190 cl de lait
- 20 g levure boulangère
- 40 g de sucre
- 1 œuf
- 10 g de sel
- 80 g de beurre

Procéder :

- Effriter et diluer la levure dans le lait tiède (cela permet de démarrer la fermentation)
- Mélanger ce lait avec la farine et l'œuf
- Ajouter le sucre et le sel
- Travailler la pâte de façon à lui donner du corps, elle doit se décoller du récipient, ajouter de la farine si nécessaire
- Couper le beurre en cube et incorporer petit à petit, la pâte devient de plus en plus lisse
- Laisser la pâte lever pendant 30 min, puis retravaillez là 1 min et placez là au frais
- Quand la pâte est froide elle est plus facile à travailler, vous pouvez former les petits pains
- Passer de la dorure (œuf battue avec une pincée de sel) ou de l'eau.
- Laisser lever 30min et enfourner à 220°C et diminuer à 190°C pendant 20 min.

Variante :

- Vous pouvez remplacer la matière liquide par le jus d'un fruit ou de légumes et ainsi varier les saveurs et couleurs.
Ex : une pâte à pain au lait à la fraise (coulis) garnis d'un joli fromage de chèvre et quelques feuilles de roquette

Les papilles en balade à retrouver sur:

Facebook et instagram

Jean-François Dusart