

## LES PAINS BUNS AMÉRICAINS

### La Recette

<https://www.cuisinedaubery.com/recipe/pains-buns/>

Les Pains Buns Américains, pour des pains à hot dogs et lobster rolls

Difficulté : Niveau Facile

Cuisine : Cuisine Américaine

Plats : Pain, Pain Bun, Plat Salé,

### Ingrédients

#### **Pour 6 Lobster Roll Buns ou 8 Hot Dogs Buns, sur une plaque de 15 cm x 22 cm**

62 grammes d'Eau

62 grammes d'Eau 6,2 Centilitres/62 Millilitres

5 grammes de Levure de Boulanger Déshydratée

5 grammes de Levure de Boulanger Déshydratée ou sinon 12,5 grammes de Levure de Boulanger

Fraiche humide

1 pincée de Sucre

50 grammes de Lait

50 grammes de Lait 4,8 Centilitres/48 Millilitres

25 grammes de Crème Liquide Entière

25 grammes de Crème Liquide Entière 2,27 Centilitres/22,73 Millilitres

12 grammes d'Huile végétale

12 grammes d'Huile végétale 1,2 Centilitre/12 Millilitres

9 grammes de Lait en poudre

1 pincée de Sel

1 Oeuf

1 Oeuf 50 grammes

283 grammes de Farine

283 grammes de Farine Type 55

82 grammes de Beurre

\*Dorure

1 Oeuf

1 Oeuf 50 grammes

#### **Pour 8 Lobster Roll Buns ou 11 Hot Dogs Buns, sur une plaque de 15 cm x 29 cm**

82,6 grammes d'Eau

## LES PAINS BUNS AMÉRICAINS

82,6 grammes d'Eau 8,26 Centilitres/82,6 Millilitres  
6,6 grammes de Levure de Boulanger Déshydratée  
6,6 grammes de Levure de Boulanger Déshydratée ou sinon 16,5 grammes de Levure de Boulanger Fraiche humide  
1 pincée de Sucre  
66,6 grammes de Lait  
66,6 grammes de Lait 6,39 Centilitres/63,94 Millilitres  
33,3 grammes de Crème Liquide Entière  
33,3 grammes de Crème Liquide Entière 3,03 Centilitres/30,27 Millilitres  
16 grammes d'Huile végétale  
16 grammes d'Huile végétale 1,6 Centilitre/16 Millilitres  
12 grammes de Lait en poudre  
1 pincée de Sel  
1,3 Oeufs  
1,3 Oeufs 65 grammes  
377,3 grammes de Farine  
377,3 grammes de Farine Type 55  
109,3 grammes de Beurre  
\*Dorure  
1,3 Oeufs  
1,3 Oeufs 65 grammes

### **Pour 5 Lobster Roll Buns ou 7 Hot Dogs Buns, sur une plaque de 15 cm x 18 cm**

51,6 grammes d'Eau  
51,6 grammes d'Eau 5,16 Centilitres/51,6 Millilitres  
4,1 grammes de Levure de Boulanger Déshydratée  
4,1 grammes de Levure de Boulanger Déshydratée ou sinon 10,25 grammes de Levure de Boulanger Fraiche humide  
1 pincée de Sucre  
41,6 grammes de Lait  
41,6 grammes de Lait 3,99 Centilitres/39,94 Millilitres  
20,8 grammes de Crème Liquide Entière  
20,8 grammes de Crème Liquide Entière 1,89 Centilitre/18,91 Millilitres  
10 grammes d'Huile végétale  
10 grammes d'Huile végétale 1 Centilitre/10 Millilitres  
7,5 grammes de Lait en poudre  
1 pincée de Sel  
0,8 Oeuf  
0,8 Oeuf 40 grammes  
235,8 grammes de Farine  
235,8 grammes de Farine Type 55

## LES PAINS BUNS AMÉRICAINS

68,3 grammes de Beurre

\*Dorure

0,8 Oeuf

0,8 Oeuf 40 grammes

**Pour 4 Lobster Roll Buns ou 5 Hot Dogs Buns, sur une plaque de 15 cm x 15 cm**

41,3 grammes d'Eau

41,3 grammes d'Eau 4,13 Centilitres/41,3 Millilitres

3,3 grammes de Levure de Boulanger Déshydratée

3,3 grammes de Levure de Boulanger Déshydratée ou sinon 8,25 grammes de Levure de Boulanger Fraiche humide

1 pincée de Sucre

33,3 grammes de Lait

33,3 grammes de Lait 3,2 Centilitres/31,97 Millilitres

16,6 grammes de Crème Liquide Entière

16,6 grammes de Crème Liquide Entière 1,51 Centilitre/15,09 Millilitres

8 grammes d'Huile végétale

8 grammes d'Huile végétale 0,8 Centilitre/8 Millilitres

6 grammes de Lait en poudre

1 pincée de Sel

0,6 Oeuf

0,6 Oeuf 30 grammes

188,6 grammes de Farine

188,6 grammes de Farine Type 55

54,6 grammes de Beurre

\*Dorure

0,6 Oeuf

0,6 Oeuf 30 grammes

### Instructions

#### Pétrissage

Pour cette recette, on peut utiliser différentes façons de pétrir :

- J'utilise une machine à pain ("MAP") pour une méthode rapide en hiver et je m'en passe en été
  - Un robot (genre Kitchen Aid), en utilisant le crochet
  - Vos petites mains pour pétrir manuellement dans un bol
1. Faire chauffer l'Eau (62 g ou 6,2 Centilitres/62 Millilitres) au micro-ondes 10 secondes
  2. Verser la Levure de Boulanger Déshydratée (5 g ou sinon 12,5 g de Levure de Boulanger Fraiche humide) et remuer
  3. Attendre 5 minutes que la levure s'active et commence à former une "mousse"

## LES PAINS BUNS AMÉRICAINS

4. Placer ce "levain liquide" au fond de la cuve ou vous allez pétrir
5. Verser le Sucre (1 pincée), le Lait (50 g ou 4,8 Centilitres/48 Millilitres), la Crème Liquide Entière (25 g ou 2,27 Centilitres/22,73 Millilitres), l'Huile végétale (12 g ou 1,2 Centilitre/12 Millilitres), le Lait en poudre (9 g), le Sel (1 pincée) et l'Oeuf (1)
6. Mélanger
7. Verser une moitié de la Farine (141,5 g) et pétrir
8. Verser la 2ème moitié de la Farine (141,5 g) et pétrir
9. Arrêter, et racler le fond de la cuve et les bords avec une maryse
10. Pétrir quelques minutes
11. La pâte doit tenir
12. Ajouter alors un cube de Beurre (82 g) à la fois
13. Attendre que la pâte absorbe le beurre, puis recommencer avec un autre morceau
14. Recommencer jusqu'au dernier morceau de beurre
15. Arrêter de pétrir
16. Filmer au contact avec un film alimentaire étirable
17. Laisser pointer à température ambiante pendant 30 minutes
18. Vous avez besoin d'une plaque : 15 cm x 22 cm (j'ai indiqué dans les ingrédients d'autres dimensions si vous prenez d'autres proportions)
19. Huiler votre plaque, avec de l'Huile. Le plus pratique, c'est de pulvériser avec une Bombe de Graisse Alimentaire (spray)
20. Etaler la pâte dans la plaque
21. Filmer au contact avec un film alimentaire étirable
22. Placer au frais pendant 2 heures
23. Sortir la plaque
24. Peser la pâte et diviser en nombre de pâtons voulus. Par exemple, si vous avez choisi les quantités notées "6 Lobster Roll Buns ou 8 Hot Dogs Buns", alors diviser par 6 si vous voulez des Lobster Roll Buns, ou diviser par 8 si vous voulez des Hot Dogs Buns
25. Former un rectangle avec chaque pâton
26. Replier
27. Etaler avec la main
28. Placer chaque pâton dans la plaque huilée
29. La "clé" doit être placée en dessous
30. Filmer au contact avec un film alimentaire étirable et laisser pointer une dernière fois, 30 minutes
31. Battre l'Oeuf (1) pour la dorure, avec un peu de sel, idéalement avec un mini robot (hachoir électrique)
32. Dorer les buns à l'aide d'un pinceau de cuisine
33. Recouvrir, puis dorer une 2ème fois
34. Cuire au four préchauffé à 190 C (Thermostat 6)
35. Cuire pendant environ 20/25 minutes
36. Faire refroidir sur une grille aussitôt sortis du four

# LES PAINS BUNS AMÉRICAINS