

HAMBURGERS



Préparation : 10 min - **Repos :** 1 h - **Cuisson :** 10 min - **Matériel :** -

Ingrédients : 6 petits pains

- POUR LES PAINS BUNS : - 300 g de farine T55 - 10 g de levure fraîche de boulanger* - 25 g de sucre
 - 1 oeuf - 1 oeuf battu + 15 ml de lait (pour dorer) - 120 ml d'eau tiède - 40 g de beurre fondu - 3 g de sel - Sésame (facultatif) - POUR LESTEACK ET LA GARNITURE : - 400 g de viande maigre (type bifteck) - 1 c.s. d'huile d'olive - 2 tomates - 6 tranches de fromage - ½ oignon rouge - Sel, poivre - ½ oignon rouge - Mayonnaise, ketchup - 1 sucrose
-

POUR LE PAIN

1. Délayez la levure dans l'eau tiède à l'aide d'une fourchette. Laissez reposer 1 minute.
2. Dans la cuve munie du pétrin, versez le sel, la farine, le sucre, le beurre, l'oeuf et l'eau avec la levure délayée.
3. Mettez en marche. Laissez tourner 30 secondes.
4. Retirez la pâte de la cuve à l'aide de la spatule. Déposez-la dans un saladier préalablement fariné. Recouvrez-le d'un film plastique ou à défaut d'un torchon humide. Laissez reposer 30 minutes.
5. Après cette 1ère levée, frappez la pâte doucement avec le poing pour en chasser le gaz. Déposez-la sur un plan de travail fariné.
6. Divisez-la en 6 parts égales à l'aide d'un couteau aiguisé. Formez des petites boules bien lisses à la

surface pour que les pains soient uniformes après cuisson.

7. Sortez la grille du four. Recouvrez-la de papier sulfurisé. Déposez les boules sur la grille. Couvrez-les avec un torchon humide. Laissez-les reposer pendant 30 minutes.

8. Préchauffez le four à 220° C (th. 7).

9. Cassez 1 oeuf et mélangez-le avec 15 ml de lait. Badigeonnez les petits pains d'oeuf et de lait avec un pinceau pour qu'ils soient bien dorés.

10. Parsemez de graines de sésame.

11. Enfournez-les. Laissez cuire environ 10 minutes jusqu'à ce qu'ils soient dorés.

12. Laissez refroidir avant de déguster.

POUR LE STEAK ET LA GARNITURE

1. Lavez la sucrine. Pelez l'oignon, coupez-le en 2. Réservez la 2ème moitié. Dans la midi cuve munie du disque éminceur 2 mm, émincez les tomates, l'oignon et la sucrine. Réservez.

2. Coupez la 2ème moitié d'oignon en morceaux, mettez-la dans la cuve munie du couteau métal et donnez 5 pulsions.

3. Coupez la viande en gros morceaux. Ajoutez-la dans la cuve munie du couteau métal. Donnez quelques pulsions, la viande doit être hachée et non réduite en purée. Salez, poivrez. Donnez 2 pulsions.

4. Formez à la main des galettes. Cuisez-les à la poêle avec un peu d'huile d'olive pendant environ 2 minutes de chaque côté. Ajustez la cuisson si besoin.

5. Mettez les tranches de fromage sur les steaks. Couvrez la poêle jusqu'au moment de dresser les hamburgers.

6. Préparez la mayonnaise en divisant les ingrédients par 2.

7. Coupez les pains en 2. Garnissez-les de tomates, salade, steak, mayonnaise et ketchup.

8. Dégustez chaud.

Astuce du chef :

Vous pouvez remplacer le sésame par des graines de pavot ou tournesol. Pour les bons mangeurs, divisez la pâte en 4 parts. Pour un hamburger plus gourmand, ajoutez une tranche de bacon. Servez avec des frites.

CS 5200 XL ■

CS 5200 XL Premium ■