

RECETTE SALÉE

Nombre de personnes : 8 - Temps de préparation : 15 mn

Cuisson : 45 mn - Difficulté : Moyen



Buns à la Mexicaine

> Préparation

- Préparer la pâte à brioche. Mettre les ingrédients dans la MAP dans l'ordre habituel et lancer un programme pâte. Sortir la pâte briochée une fois qu'elle a doublé de volume.
- Préparer la garniture. Dans une poêle, faire revenir quelques minutes l'oignon ainsi que le poivron préalablement émincés avec l'huile d'olive. Ajouter la viande hachée et mélanger soigneusement. Lorsque la viande est cuite, ajouter le maïs puis le coulis de tomate, assaisonner, laisser mijoter quelques minutes. Ajouter enfin la tomate épépinée et couper en dés ainsi que les olives. Retirer du feu et réserver.
- Sortir la pâte à brioche et la diviser en huit portions équivalentes. Étaler chaque boule et mettre au milieu une bonne cuillerée de garniture. Refermer la pâte par dessus en soudant bien les bords. Placer les buns fourrés sur une plaque de cuisson, soudure en dessous. Les couvrir d'un linge et les laisser doubler de volume environ 30 minutes.
- Préchauffer votre four à 180°. Dorer les buns à l'œuf ou avec du lait. Cuire 15 minutes. Accompagner de salade.

Ingrédients

Pour la pâte briochée :

- 400 g de farine T45
- 1 cc d'huile d'olive
- 1 œuf battu
- 210 ml de lait écrémé tiède
- 2 cac de levure déshydratée de boulanger
- 1,5 cac de sel
- 70 gr de beurre allégé

Pour la garniture :

- 200g de viande hachées de bœuf
- 1 cc d'huile d'olive
- 3 cuillère à soupe de Maïs en conserve
- 1/2 poivron
- 1 grosse tomate
- sel, poivre, paprika, piment de Cayenne
- 1 oignon
- olives verte couper en rondelle
- 500 ml de coulis de tomate