



Une recette Le Chef C'est Vous ! Bon Appétit !

TEMPS DE PREPARATION: 30 mn

BUGNES

INGREDIENTS:

500 g de farine
10 g de sel
80 g de sucre semoule
3 œufs
130 g de lait
20 g de levure boulangère
125 g de beurre
20 g de Rhum
1 zeste de Citron

METHODE :

« Mardi-gras » est l'occasion pour toutes les régions de France, de faire toutes sortes de beignets par tradition. Les « Bugnes » sont les beignets que j'ai tant mangés étant enfant, dans ma région d'origine, la Sologne.

Dans un récipient assez grand, pesez la farine, puis le sel, le sucre, la levure, et le beurre pommade. Il est important de ne pas laisser la levure boulangère en contact direct avec le sel ou le sucre, car cela la brûlerai et lui enlèverai ses propriétés.

Ajoutez le zeste de citron, puis cassez les œufs dans le récipient, versez le lait et le rhum (facultatif). Mélangez le tout afin d'obtenir une pâte plus ou moins souple. Une pâte un peu collante sera plus facile à pétrir, et lèvera un peu mieux.

Le temps est venu du pétrissage, qui constitue le moment clé ou l'on va incorporer de l'oxygène à la pâte en la travaillant, nécessaire au développement de la levure, mais aussi lui donner de l'élasticité.

Il existe deux procédés, le pétrissage mécanique, consiste à travailler la pâte à l'aide d'un batteur sur pied muni d'un ustensile que l'on appelle « le crochet » et qui se met à la place du fouet. Pétrissez alors pendant 10 mn environ à vitesse lente. La texture de la pâte va évoluer au fur et à mesure qu'elle est travaillée.

Seconde méthode, le pétrissage manuelle, qui donne un résultat identique, mais est bien évidemment un peu plus dur pour les bras ! Il faut reproduire l'action d'un batteur mécanique, pour cela, attrapez la pâte du bout des doigts, étirez la vers un peu vers le haut et rabattez-la sur la partie n'ayant pas bougé (voir schéma « Pétrissage »). Continuez cette action pendant 10 mn en tournant le récipient à chaque fois. Si la pâte colle un peu trop aux mains, farinez vos mains et frottez-les l'une contre l'autre afin de décrocher la pâte collante.

Ensuite, réalisez une belle boule, que vous posez dans un plat saupoudré d'un peu de farine, et mettez le tout au réfrigérateur pendant 2 heures.

Après ce repos, étalez la pâte sur une épaisseur de 4 à 5 mm à l'aide d'un rouleau à pâtisserie. N'oubliez pas de fariner votre surface de travail régulièrement pour éviter que la pâte n'adhère trop à cette surface.

A l'aide d'un couteau, découpez des formes plus ou moins différentes (se rapprochant d'un losange), puis faire une incision au centre de chacun des beignets et passez l'une des pointes par cette petite ouverture tout en tirant un peu dessus (léger).

Posez chacun des beignets à plats et laissez reposer une bonne heure à température ambiante.

Faites chauffer l'huile à une température de 170°C environ (friture), et faites frire les beignets jusqu'à une coloration bien blonde. Egouttez-les sur du papier absorbant, puis saupoudrez-les de sucre semoule.

A consommer sans modération par toute la famille !