

PANE, PIZZE E LIEVITATI

Panini per hamburger fatti in casa semplici

di: *Elena Terrile*

DOSI PER: 5 pezzi DIFFICOLTÀ: elevata PREPARAZIONE: 45 min COTTURA: 20 min COSTO: basso



I **panini per hamburger** fatti in casa sono buoni come quelli comprati, anzi meglio perché la **ricetta** è fatta con prodotti sani e genuini, e poi perché, se si ha tempo, è sempre molto bello e divertente e anche molto rilassante [preparare il pane in casa!](#)

In America, paese di origine dei panini per hamburger, vengono chiamati Bugar Buns, con l'avvento del Fast Food anche nella nostra amata Italia, abbiamo imparato non solo a conoscerli e ad apprezzare questi sofficiissimi panini a forma di palla, ma abbiamo fatto nostra anche la ricetta e riusciamo a riprodurli benissimo in casa!

Ecco la nostra ricetta dei panini per hamburger: fatti in casa sono semplici e più buoni!

INGREDIENTI PER IL LIEVITINO

LATTE INTERO 25 ml

LIEVITO DI BIRRA FRESCO 3 gr

ACQUA 25 ml

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 5 ml

SALE 2 gr

BURRO 15 gr

MIELE 1 cucchiaino da tè

FARINA 120 gr

INGREDIENTI PER L'IMPASTO

FARINA MANITOBA 400 gr

ACQUA 100 ml

LATTE 100 ml

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 20 ml

INGREDIENTI PER GUARNIRE

LATTE

SEMI DI SESAMO

PREPARAZIONE

1 Prepara il lievito sbriciolando il lievito nel latte tiepido. Sciogli il sale nell'acqua tiepida.



- 2 Nella ciotola della planetaria o impastatrice versa la farina assieme allo zucchero, al miele, al latte con il lievito disciolto.



3 Inizia ad impastare, poi unisci il l'acqua con il sale, l'olio e il burro.





- 4 Copri l'impasto ottenuto con un canovaccio o con la pellicola per alimenti e lascia lievitare per almeno due ore in un posto al caldo privo di correnti d'aria.





5 Trascorso il tempo di lievitazione, unisci al lievito la farina manitoba, il latte e l'acqua ed impasta energicamente fino ad ottenere un composto liscio ed omogeneo.





6 Per ultimo, unisci l'olio, ed impasta per almeno 5 minuti fino al completo assorbimento.



7 Copri nuovamente la ciotola e lascia lievitare per altre 2/3 ore, fino a che il composto avrà triplicato il suo volume.





8 Da questo impasto lievitato, forma 5 o 6 palline in base alle tue esigenze, o anche più palline di dimensioni più piccole, e disponile su una leccarda coperta con carta forno.

Copri e lascia riposare per una mezz'ora.





9 Spenella i panini per hamburger con poco latte e guarnisci con semi di sesamo a piacere.





10 Infornate i panini per hamburger in forno statico preriscaldato a 180° C e cuoci per 25-30 minuti fintanto che la superficie non risulterà ben dorata.

Sforna i panini e lasciali raffreddare prima di tagliarli e farcirli.



CONSIGLIO

CONSERVAZIONE