

PANE, PIZZE E LIEVITATI

Panini per hamburger fatti in casa semplici

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

molto basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



I panini per [hamburger fatti in casa](#) sono buoni come quelli comprati, anzi meglio perché la ricetta è fatta con **ingredienti 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!](#)

Conosciuti anche come **burger buns** i panini per hamburger nascono negli Stati Uniti, la patria del fast food. Con il tempo e a seguito dell'avvento dei fast food anche nel nostro paese, abbiamo imparato non solo a conoscerli e ad apprezzare questi **sofficissimi panini a forma di palla**, ma **abbiamo fatto nostra la ricetta** riuscendo addirittura a riprodurli benissimo in casa!

Segui la nostra ricetta con passo passo fotografico e cucina in casa, con le tue mani questi buonissimi **panini per hamburger**, fragranti e freschi da farcire al momento con la farcitura che più ti piace!

Ecco alcune ricette che potrebbero interessarti:

[Burger di cavolo nero](#)

[Hamburger di tacchino](#)

[Burger di ceci vegani](#)

[Burger con patate e peperoni](#)

[Hamburger al formaggio](#)

INGREDIENTI PER IL LIEVITINO

FARINA 120 gr

LATTE INTERO 25 ml

ACQUA 25 ml

BURRO 15 gr

LIEVITO DI BIRRA FRESCO 3 gr

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 5 ml

MIELE 1 cucchiaino da tè

SALE 2 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 Per cucinare i panini per hamburger inizia a preparare il lievito, procedi in questo modo: sbriciola il lievito nel latte tiepido. A parte sciogli il sale nell'acqua tiepida.



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



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



- 4 Copri l'impasto così 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 e impasta energicamente fino a ottenere un composto liscio ed omogeneo.



6 Per ultimo, unisci l'olio, ed impasta per almeno 5 minuti o 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 Spennella i panini per hamburger con poco latte, poi guarnisci con semi di sesamo a piacere. Inforna 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

Puoi usare semi di sesamo bianchi o neri, oppure semi di papavero in base ai tuoi gusti!

CONSERVAZIONE

Conserva i panini per hamburger in un sacchetto di carta per il pane per 3/4 giorni al massimo.
Puoi congelare i panini già cotti e consumarli previo scongelamento.