

Bugnes

Dessert



Note : 1

Portions :4 parts

Difficulté : 1

Temps de préparation :20 min

Temps de cuisson/repos :15 min

Calories par portion : 352.25 Kcal

Charge glycémique par portion: 43.371

Les ingrédients

- 250.0 gr Farine de blé
- 1.0 u Sachet levure chimique
- 1.0 u Sucre vanillé
- 10.0 cl lait demi écrémé
- 1.0 cs Zeste citron
- 1.0 cs Rhum
- 1.0 u Oeuf
- 35.0 gr Beurre
- 1.0 p Sel
- 1.0 cs Fleur d'oranger
- 20.0 gr sucre glace

Préparation de la pâte

Dans un robot, mélangez la farine et la levure, puis ajoutez les oeufs, le sel, le lait, le sucre vanillé et le beurre et mélangez. Déposez la pâte sur un plan de travail et continuez à pétrir pour obtenir une pâte souple. Si la pâte est trop molle: rajoutez de la farine, si elle est trop dure: rajoutez du lait. Formez une boule, couvrir et laisser reposer 3 heures.

Réalisation des bugnes

Étalez finement la pâte sur le plan de travail enfariné et coupez la en losange . Faire cuire en petites quantités à la fois, dans l'huile chaude (attention, cela cuit très vite). Égoutter avec du papier absorbant et saupoudrer de sucre glace.

Présentation

Dégustez les chaudes au goûter pour tous les gourmands.