



Brioche fourrées

Niveau de difficulté : facile

Temps de préparation : 25 minutes

Temps de repos : 40 minutes

Temps de cuisson : 20 minutes

Recette pour 14 brioches fourrées

Ingrédients

Pour la pâte à brioche

- 500 g de farine T55
- 6 c. à soupe d'huile d'olive
- 1 c. à soupe de sucre
- 1 c. à café de sel
- 1 c. à café de levure boulangère
- 220 ml d'eau

Pour la garniture

- 400 g de bœuf haché ou un reste de viande en sauce
- 2 gros oignons
- 1 c. à soupe de persil ciselé
- 4 carottes
- Huile d'olive
- 1 pincée d'épices (paprika, cumin, coriandre en poudre)
- Sel, poivre du moulin

Pour la décoration

- 1 œuf pour la dorure
- 10 cl de lait
- 1 poignée de graines de sésame

1. Faites chauffer l'eau dans une casserole pour l'utiliser tiède. Emincez les oignons ; lavez, égouttez et ciselez le persil ; râper les carottes. Dans un saladier, versez la farine, le sucre, le sel, l'huile, l'eau tiède et la levure. Mélangez pour former une pâte et pétrissez-la jusqu'à ce qu'elle soit homogène et lisse.
2. Couvrez la pâte d'un linge propre et mettez-la à lever pendant trente à quarante minutes.
3. Préparez la garniture : dans un saladier, versez la viande hachée, le persil, les épices. Salez et poivrez. Mélangez soigneusement et faites des boulettes que vous aplatirez.
4. Faites chauffer une poêle avec un peu d'huile d'olive et faites-y revenir les oignons émincés jusqu'à ce qu'ils soient translucides. Ajoutez les palets de viande et faites-les cuire trois minutes de chaque côté. Retirez-les du feu et réservez-les. Dans la même poêle, faites revenir quelques minutes les carottes en ajoutant un peu d'huile d'olive. Salez, poivrez.
5. Façonnez les brioches : divisez la pâte en 14 boules que vous aplatirez. Au centre de chacune d'elles, déposez un peu d'oignon, de carottes, et un palet de viande, refermez la pâte autour de cette garniture et aplatissez légèrement pour obtenir un pain rond.
6. Disposez les petits pains sur la plaque du four, en cercle les uns à côté des autres et en évitant qu'ils se touchent. Préparez une dorure à base de jaune d'œuf et d'un peu de lait. Saupoudrez de graines de sésame et enfournez dans le four préchauffé à 200° C (th.7) jusqu'à ce que les brioches soient dorées.