

# Bugnes lyonnaises



Jonaga cuisine aussi...

Préparation 1 heure

Cuisson 30 minutes

Levée : 3 heures

## Ingrédients pour 60 bugnes environ

- 650g de farine
- 6 oeufs
- 16g de levure de boulangerie
- 100g de sucre en poudre
- 1 cuillère à soupe d'eau de fleur d'oranger
- 1 cuillère à café de sel
- 160g de beurre mou
- 200g de sucre glace
- 2 pains de Végetaline (ou un litre d'huile)

## Préparation :

- Faire un levain : délayer la levure dans 1 verre d'eau tiède. Ajouter 2 cuillères à soupe de farine. Mélanger jusqu'à obtention d'une pâte mollette, recouvrir d'un torchon propre et laisser reposer 30 minutes dans une pièce chaude.

*L'idéal est d'utiliser de la véritable levure de boulangerie fraîche (achetée chez le boulanger sous forme de cube) mais elle ne se conserve pas très longtemps, en plus au réfrigérateur alors qu'elle est assez odorante!*

*Personnellement, j'utilise de la levure lyophilisée plus pratique à conserver en longue durée de marque Briochim (c'est à mon goût celle qui laisse le moins le goût de la levure aux bugnes)*

- Mélanger le reste de la farine avec le sucre et le sel. Faire un puits et ajouter les oeufs entiers et l'eau de fleur d'oranger puis commencer à pétrir. Ajouter le beurre mou et pétrir jusqu'à ce que le mélange soit homogène.

- Puis incorporer le levain et pétrir jusqu'à obtention d'une pâte souple et non collante.

- Mettre en boule dans un saladier, couvrir et laisser reposer 3 heures.

*La boule double au moins de volume*

### **Découpe :**

- Etaler le pâton au rouleau sur 4 ou 5 mm

- Découper des bandes d'environ 5 cm de large puis découper des rectangles de 6 ou 7 cm de longueur avec une "roulette zig-zag"

- Au centre de chaque rectangle, couper une fente de 2 à 3 cm de longueur. "Nouer" la bugne = passer un des petits côtés dans la fente de haut en bas et rattraper ce petit côté sous la bugne pour l'aligner avec l'autre côté.

*Si cette histoire de noeud ne vous paraît pas claire, vous pouvez ne pas nouer les bugnes mais seulement les fendre: le résultat gustatif est le même. Mais à la maison, j'ai toujours de la main d'oeuvre pour le découpage et pour mes aide-cuistôts c'est toujours avec noeuds!*

*Vous pouvez également découper n'importe quelle autre forme à l'emporte-pièce mais ce ne seront plus des bugnes lyonnaises...*

- Laisser reposer 20 minutes

### **Cuisson :**

- Faites chauffer la Végétaline (ou l'huile) à feu assez fort dans un grand faitout.

*Pour tester la température : plonger un tout petit bout de bugne. S'il remonte en surface instantanément, c'est OK. Attention la température est trop haute si la mini-bugne prend aussitôt des couleurs.*

*Personnellement je préfère la cuisson à la Végétaline pour des bugnes légèrement moins grasses !*

- Faites frire les bugnes en série de 5 ou 6. Les retourner dès qu'elle colore légèrement, les sortir dès que le deuxième côté est légèrement coloré. Les égoutter sur un torchon propre ou du papier absorbant et les laisser refroidir.

- Les sucrer abondamment avec du sucre glace sur les 2 faces.

### **Bon appétit !!!**

- *N'hésitez pas à en préparer plus que nécessaire et en offrir une assiette aux amis et à la famille!*
- *Le lendemain elles sont un peu plus sèches et moins moelleuses mais toujours très bonnes à mon goût au petit-déjeuner ou au goûter!*