

## Bun's au poulet

### Pour les buns:

- 400g de farine t55
- 70g de beurre
- 1 œuf
- 1 sachet de levure sèche de boulanger
- 1 cc de sel
- 210 ml de lait tiède

### Pour la farce :

- 1 belle escalope de poulet
- 1 petite courgette
- 1 carotte
- quelques pois gourmand
- 200 gr de fromage blanc
- 200 gr de béchamel
- 1 bouillon de légumes
- sel + poivre + une c à c rase d'aneth
- une belle poignée de mozzarella rappée

Préparez votre pâte à bun's dans votre machine. Si vous la faite à la main laissez monter 1 H.

Taillez la courgette et la carotte en lamelles pas trop fines. Faire cuire l'escalope, la carotte, les pois gourmand dans un bouillon de légumes. Pour la courgette je l'ai cuite à la vapeur en posant une grille sur le bouillon pour lui garder un certain croquant. Après cuisson, laissez refroidir.

Faites une petite béchamel en y ajoutant un peu de muscade et du sel et 2 c à s de votre bouillon de légumes. Hors feu incorporez le fromage blanc, l'aneth, le poivre, la mozzarella puis mélangez. Vérifiez l'assaisonnement.

Coupez vos lamelles de courgette et de carotte en petits dés, ainsi que l'escalope. Coupez les pois gourmand en trois. Ensuite incorporez le tout dans votre béchamel.

Dégazez la pâte et formez 8 boules. Étalez chaque portion en rond et déposez la farce au

milieu. Rabattre les morceaux de pâte et les souder avec vos doigts. Déposez vos buns sur une plaque recouverte de papier sulfurisé soudure dessous. Couvrir et laissez monter 45 mn environ.

Préchauffer le four à 180°C, badigeonnez les buns avec un œuf entier battu avec un peu de lait. Enfournes pour 20 à 30 mn environ, quand la pâte est dorée, normalement c'est bon.