



# Panini bao al vapore

Ricetta di V-ZUG SA



Preparazione 1 Ore  
Tempo di cottura 1 Ore 45 Min.  
Pezzo 8  
Elettrodomestico CombairSteamer V2000 dal 2021

Panini asiatici con ripieno alla salsa teriyaki

## Impasto

---

300 g di farina bianca  
1½ CT di sale  
2 CT di zucchero  
¼ dado di lievito (circa 10 g)  
150 ml di acqua  
2½ CT di aceto di riso  
2½ CT di olio di cocco, liquido  
olio di cocco per spennellare

## Salsa teriyaki

---

100 ml di mirin  
100 ml di salsa di soia  
1 spicchio d'aglio, schiacciato  
1 CM di zenzero, grattugiato  
1 CM di zucchero  
1 CT di amido di mais

## Guarnizione

---

3 CM di maionese vegana  
un po' di salsa Sriracha





½ cipolla rossa, a strisce  
1 carota, a striscioline sottili  
alcune fettine di cetriolo  
alcune foglie di coriandolo  
2 CM di arachidi salate, tritate

## Tofu

---

300 g di tofu  
un po' di sale  
olio di arachidi per soffriggere

## Impasto

---

Lavorare tutti gli ingredienti in una ciotola fino a ottenere un impasto compatto e liscio. Formare una palla. Mettere l'impasto in una ciotola sul fondo della camera di cottura e lasciare lievitare con Cottura professionale lievitazione a 32 °C per 1 ora, finché non sarà raddoppiato di volume.

## Modellare

---

Stendere l'impasto fino a uno spessore di 5-10 mm. Ricavare dei dischi con diametro di circa 10 cm. Spennellare la superficie con un po' d'olio. Piegare i dischi e premere leggermente sulla piega. Disporli su una teglia d'acciaio inossidabile leggermente oliata. Impastare di nuovo l'impasto residuo. Ripetere l'operazione fino a quando l'impasto non è terminato.

Lasciar lievitare con cottura professionale a 32 °C per 30 minuti.

## Cuocere a vapore

---

Cuocere i panini bao a vapore a 100 °C per 15 minuti.

## Salsa teriyaki

---

In un pentolino mescolare bene tutti gli ingredienti, portare a ebollizione e far sobbollire a fuoco medio per circa 5 minuti mescolando di tanto in tanto.

## Tofu

---

Salare il tofu, mescolarlo con metà della salsa teriyaki e marinare per 1 ora. Friggere il tofu in una padella antiaderente con abbondante olio a fuoco medio, finché non diventa croccante. Mantenere caldo.





## Guarnizione

---

Farcire i panini bao a piacere.

## Fasi di cottura

---

**Cottura professionale Lasciare lievitare 32 °C per 1 Ore**

**Continuare a lavorare l'impasto dopo la lievitazione.**

**Inserire l'alimento.**

**Cottura professionale Lasciare lievitare 32 °C per 30 Min.**

**Cottura a vapore 100 °C per 15 Min.**

## Consigli

---

Al posto del tofu utilizzare "planted chicken" o granulare di soia.

## Accessori

---

Teglia d'acciaio inossidabile

Stampino rotondo ø 10 cm

