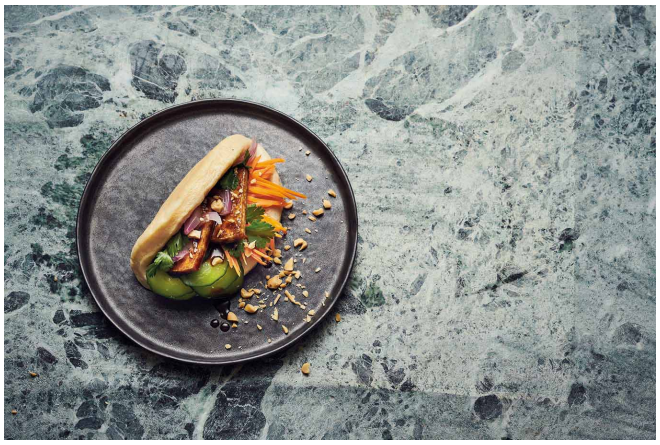
Panini bao al vapore

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

Ulteriori informazioni

Creata il	26.01.2022