



刈包

食谱作者 V-ZUG 瑞族



亚洲风味照烧内馅

制备过程	1 小时
烘烤的时间：烘烤时间取决于机器	1 小时 45 分钟
个数	8
电器	ComhairSteamer V2000 自 2021 年

面团

- 300 克 白面粉
- 1½ 茶匙 食盐
- 2 茶匙 糖
- ¼ 块 酵母 (约10克)
- 150 ml 水
- 2½ 茶匙 米醋
- 2½ 茶匙 椰子油, 液体
- 椰子油, 用于刷油

照烧酱

- 100 ml 味醂
- 100 ml 酱油
- 1 蒜瓣, 捣碎
- 1 汤匙 姜, 切碎
- 1 汤匙 糖
- 1 茶匙 玉米淀粉

摆盘

- 3 汤匙 素食蛋黄酱
- 少许 是拉差香甜辣椒酱





½ 紫皮洋葱, 切丝
1 胡萝卜, 细条状
一些 黄瓜片
一些 香菜叶
2 汤匙 盐烤花生, 切碎

豆腐

300 克 豆腐
少许 食盐
用于煎炸的花生油

面团

在碗里将所有配料揉成紧实光滑的面团。
将面团揉成圆球。放进一个碗里，将其置于内胆底部，使用专业烘焙发酵模式，在 32°C 下饷发 1 小时，使面团发酵至两倍大。

制作成型

将面团擀成 5 - 10 毫米厚。切出约 \varnothing 10 厘米的圆片。在表面刷少许油。将圆饼折叠并轻压。放在刷过一层薄油的多孔不锈钢烤盘上。
把剩下的面团揉在一起。重复此步骤，直到面团用完。
使用专业烘焙发酵模式，在 32°C 下饷发 30 分钟。

蒸制

在蒸汽模式下以 100°C 烹制包子 15 分钟。

照烧酱

在小平底锅中将所有的配料搅拌均匀并煮沸，然后调成中火慢煮约 5 分钟，期间不停搅拌。

豆腐

豆腐加盐，与一半的照烧酱混合，腌制 1 个小时。
在不粘平底煎锅中倒入适量油，用中火把豆腐煎至表皮变脆。保温备用。

摆盘

根据喜好选择包子馅料。





烹饪步骤

在 发酵专业烘烤技术 期间为 **32 1** 小时°C

在面团发酵后继续加工。

推入食物。

在 发酵专业烘烤技术 期间为 **32 30** 分钟°C

在 蒸汽 期间为 **100 15** 分钟°C

小费

可以用素食鸡肉或大豆肉末代替豆腐。

配件

不锈钢烤盘

糕点模具ø10 厘米

