



Chinesische Baozi

mit Süßkartoffel & Chinakohl



Zutaten für 8-10 Baozi:

- | | |
|---|---|
| <p>Teig
 300 g Weizenmehl
 1/2 Pck. Trockenhefe
 150 ml Wasser
 Salz
 1 TL Zucker</p> <p>Füllung
 3 Süßkartoffeln
 1 Porree
 1 Schalotte
 1/2 rote Zwiebel
 1/3 Chinakohl
 2 Knoblauchzehen
 4 Möhren
 Salz
 10 g Shiitake geräuchert
 2 EL Kartoffelstärke
 1/2 TL Kurkuma
 1/2 TL Koriander
 1 Prise Chili</p> <p>außerdem
 Sambal Oelek</p> | <p>Die Hefe mit dem Zucker im lauwarmen Wasser lösen und in eine Mulde im Mehl geben. Flüssigkeit leicht mit etwas Mehl verrühren und als Vorteig 10 Min ruhen lassen. Salz hinzugeben und zu einem geschmeidigen Teig verkneten und zugedeckt gehen lassen.</p> <p>Das Gemüse waschen, Möhren und Süßkartoffeln raspeln. Den Kohl in feine Streifen schneiden. Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein würfeln. Öl in einer tiefen Pfanne oder Wok erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch mit den Gewürzen darin anschwitzen. Dann das restliche Gemüse hinzugeben und alles scharf anbraten. Die Shiitakepilze mit 130 ml Wasser aufbrühen, 12 Min ziehen lassen und dann mit dem Sud das Gemüse ablöschen. Die Pilze dabei auffangen, kleinschneiden und anschließend zu dem Gemüse geben. 2 EL Stärke zu dem Gemüse geben, um die Flüssigkeit zu binden und dann die Füllung abschmecken und leicht abkühlen lassen.</p> <p>4 – 5 EL Wasser mit 1 EL Öl in einer tiefen Pfanne mit Deckel erhitzen. Sobald das Wasser kocht, Hitze reduzieren.</p> <p>Den Teig in 8 – 10 Stücke teilen und auf einer Bemehlten Unterlade, gleichmäßig dünne Kreise ausrollen. Die Kreise mit jeweils 2 – 3 EL Füllung belegen und den Teig von allen Seiten her zusammenklappen. Die Seite, auf der der Teig verschlossen wurde leicht mit etwas Wasser benetzen, Sesam darauf streuen und die Baozi schnell umgekehrt in die Pfanne legen. Bei geschlossenem Deckel 5 Min dampfgaren, dann den Deckel öffnen und die Baozi schnell wenden und weitere 5 Min dämpfen, ggf. etwas Wasser nachgeben. Wenn die Baozi gar sind, den Deckel abnehmen, Öl in die Pfanne geben und von beiden Seiten noch einmal knusprig braun anbraten.</p> <p>Mit allen Baozi so verfahren und die gedämpften Teigtaschen mit Sambal Oelek servieren. Frische Frühlingszwiebel rundet das Gericht ab.</p> |
|---|---|