

SIEMENS

Envie de bao buns

sortis du
 tiroir vapeur ?





Ingrédients pour 4 petits pains :

Pains :

125 g de farine
(type 405)
5 g de levure
5 g de sucre
50 ml d'eau tiède
20 ml de lait de coco
5 ml d'huile
¼ cc de sel

Garniture

(à cuire à la vapeur) :

8 crevettes
8 tiges d'asperges vertes
1 poivron

Sauce :

200 g de mayonnaise
1 cs de sauce Sriracha
1 cc de jus de citron vert

Légumes

marinés :

2 carottes
¼ de radis blanc
un peu de sel
3 cs de sucre
150 ml de
vinaigre de riz
150 ml d'eau

Réglage du tiroir vapeur :

100°C, 8 minutes

Préparation :

1. Préparer une pâte levée homogène avec les ingrédients et laisser reposer à couvert dans un endroit chaud pendant au moins 40 minutes.
2. Pendant ce temps, préparer les légumes marinés : couper les carottes et le radis en fines lamelles, les pétrir avec un peu de sel jusqu'à ce qu'ils soient tendres. Ajouter le sucre, le vinaigre de riz et l'eau. Laisser reposer. (Cette étape peut aussi être faite la veille.)
3. Après 40 minutes, pétrir à nouveau la pâte, la diviser en 4 boules de taille égale. Laisser reposer 15 minutes.
4. Couper le poivron en lanières et éplucher les asperges.
5. Disposer les boules de pâte sur un panier recouvert de papier cuisson et laisser reposer encore 15 minutes.
6. Étaler ensuite les boules en cercles ou ovales fins et les plier en deux. Placer un morceau de papier cuisson entre les deux moitiés.
7. Placer les petits pains, le poivron, les asperges et les crevettes surgelées sur le plateau vapeur et cuire à la vapeur selon les réglages indiqués ci-dessus.
8. Sortir les ingrédients cuits du tiroir vapeur.
9. Garnir chaque petit pain d'un peu de mayonnaise, de 1 à 2 crevettes, de 1 à 2 tiges d'asperges, de 1 à 2 lanières de poivron, de quelques légumes marinés et de coriandre ou de basilic thaï.

Bon appétit !