

Gua Bao - Pains vapeur au porc caramélisé

Cuisine du monde / plat

Par Qookster



Détail de la recette



Difficulté
Moyen



Couverts
4-6



Prix
\$\$



Préparation
60min



Cuisson
90min

Ni-hao! C'est vendredi, je te propose donc une recette-projet à cuisiner ce week-end : des petits pains vapeur chinois garnis de porc caramélisé et de légumes marinés! C'est évidemment plus simple de les déguster au restaurant, mais ô tellement satisfaisant de les réaliser maison! Les petits pains peuvent être congelés une fois cuits puis réchauffés à la vapeur si tu veux découper la recette sur plusieurs jours. De même la viande peut-être cuisinée la veille et réchauffée le jour même comme toute viande mijotée. Sur le même principe, une fois les pains réalisés, tu peux les garnir de tout ce que tu veux: tofu, poulet grillé, champignons, aubergines...

Liste des ingrédients

Pour les Bao Bun

500 g de farine

270 g d'eau tiède ou de lait (35-40°C)

7 g de levure boulangère sèche (ou 12 g fraîche)

25 g de sucre

1 cs d'huile neutre

Pour le porc caramel

500 g de poitrine de porc

2 cs de sauce soja foncée

4 cs de sauce soja claire

1,5 dl de vin shaoxing

2,5 à 3,5 dl d'eau

20 g de sucre candy (ou 40 g en poudre)

10 g de gingembre

1 oignon frais

1 étoile de badiane

1/2 bâton de cannelle

Pour les légumes marinés

1 carotte

1/4 de radis blanc

1/2 concombre

1,2 dl de vinaigre de riz

1 cc de sucre

1/2 cc de sel

Montage et finition

Les bao bun

Le porc caramel

Les légumes marinés

Coriandre (facultatif)

Lamelles d'oignon (facultatif)

Lamelles de piment (facultatif)

Étapes de préparation

1

On commence par la réalisation des pains vapeur : mélange la levure avec l'eau tiède et laisse reposer 10 minutes (pas besoin de repos avec de la levure fraîche). Ajoute la farine le sucre et l'huile et pétris environ 10 minutes à vitesse basse.



2

Forme une boule avec la pâte puis place-la dans un saladier couvert ou un contenant hermétique et laisse pousser de 1 à 2 heures dans un endroit tiède ou jusqu'à ce qu'elle ait doublé de volume.



3

Pendant ce temps, prépare le porc : détaille la poitrine en tranches d'environ 1 cm d'épaisseur. Porte un grand volume d'eau à ébullition et fais-y blanchir la viande 2 minutes et égoutte-la bien.



4

Fais-la ensuite revenir dans un wok ou une sauteuse à feu vif pour la colorer, baisse le feu et ajoute les deux sauces soja, le vin shaoxing et couvre d'eau à hauteur. Ajoute ensuite le sucre candi, le gingembre, les ciboules grossièrement coupées et enfin les épices. Couvre et laisse mijoter 1 heure.



5

Découvre et poursuis la cuisson pour réduire la sauce de manière à avoir un caramel bien nappant.



6

On revient sur la pâte : Dégaze-la avant de la détailler en 12 pâtons égaux (env. 50-60 g chacun) puis abaisse-les au rouleau pour avoir des disques de 10-12 cm de diamètre. Badigeonne une des faces avec un peu d'huile et plie-les en deux sur leur face huilée afin qu'ils ne collent pas à la cuisson. Place chaque pain sur un morceau de papier cuisson et laisse reposer une seconde fois à couvert 30 à 45 minutes.



7

On attaque les légumes marinés en attendant la seconde pousse : détaille la carotte et le radis blanc en julienne et le concombre en fines tranches, mélange-les avec le vinaigre, le sucre et le sel puis fais-les mariner au frais jusqu'à utilisation.



8

Place les pains dans un panier vapeur sans qu'ils se touchent puis fais-les cuire au dessus d'un grande grande casserole d'eau bouillante 8 minutes. Sors du feu sans ouvrir les paniers et laisse reposer 8 minutes supplémentaires.



9

Sers les pains vapeur avec toutes les garnitures pour les monter ou monte-les avant le service et régale-toi! Bon app'



10