

Rezept

Baozi mit Hackfleisch

Ein Rezept von Baozi mit Hackfleisch, am 01.10.2023

Zutaten

300 g Mehl	3 EL Zucker
15 g frische Hefe (ca. 1/3 Würfel)	½ TL Salz
1 EL Sesamöl	1 Bund Frühlingszwiebeln
1 Knoblauchzehe	1 Stück Ingwer (ca. 2 cm)
1 EL Sesamöl	400 g Hackfleisch
2 EL Sojasauce	2 EL Austernsauce
1 EL Speisestärke	1 TL Zucker
1 Eiweiß	Mehl zum Arbeiten
Sojasauce	süße Chili-Sauce

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 8 große Klöße | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 345 kcal

Zubereitung

1. Für den Teig das Mehl in eine Schüssel sieben und in die Mitte eine Mulde drücken. Den Zucker und die zerbröckelte Hefe hineingeben und mit 50 ml warmem Wasser und ein wenig Mehl verrühren. Die Schüssel mit einem Küchentuch bedecken und den Vorteig an einem warmen Ort 15 Min. gehen lassen.
2. Salz, Öl und 150 ml warmes Wasser dazugeben und alles mit den Knethaken des Handrührgeräts 5-10 Min. zu einem glänzenden Teig verkneten. Zugedeckt an einem warmen Ort ca. 1 Std. gehen lassen, bis er sein Volumen verdoppelt hat. Dann auf der mit Mehl bestäubten Arbeitsfläche kurz durchkneten. Den Teig achteln und zu Kugeln rollen Zugedeckt 15 Min. gehen lassen.
3. Für die Füllung die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und fein schneiden. Knoblauch und Ingwer schälen und fein hacken. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die vorbereiteten Zutaten darin ca. 3 Min. andünsten. Abkühlen lassen. Hackfleisch in eine Schüssel geben. Soja- und Austernsauce mit der Speisestärke verquirlen und mit der Frühlingszwiebelmischung, Zucker und Eiweiß zum Hackfleisch geben. Alles mit den Händen verkneten.
4. In einem großen Topf oder Wok ca. 5 cm hoch Wasser zum Kochen bringen. Aus Backpapier 8 Quadrate (10 x 10 cm) schneiden. Die Teigkugeln flach drücken - an den Rändern flacher als in der Mitte. Jeweils etwas Hackfleisch daraufsetzen, den Teig darüber zusammendrehen. Die Klöße auf die Papiere geben und 4 Stück mit Abstand - sie gehen stark auf - in den Dämpfeinsatz geben. Den Einsatz in den Topf stellen und die Baozi zugedeckt in 15 - 20 Min. gar dämpfen. Herausnehmen und mit Soja- und Chilisaucen servieren. Die übrigen Baozi wie beschrieben dämpfen.