

Orez prajit cu porumb si mazare

written by Andreea



Orezul stir fry in stil chinezesc nu mai este un secret pentru nimeni. A ajuns renumit in toata lumea si este unul dintre cele mai comandate feluri de mancare in restaurantele chinezești. De-a lungul timpului am observat ca acest orez prajit este mai iubit decat orezul simplu alb servit alaturi de mancarurile chinezești. La noi in tara, orezul alb nu are mai deloc succes, asta pentru ca de cele mai multe ori este asemanat cu pilaful sau mancarea de spital. Orezul prajit poate fi servit ca un fel de mancare, sau alaturi de alte tipuri de mancaruri pe baza de legume sau carne.

Ceea ce trebuie insa sa stim noi, este faptul ca la origini, in Asia, orezul se servea fiert pe aburi in cosuri de bambus. Se consuma simplu, fara sare si necondimentat alaturi de alte mancaruri. El reprezenta practic, asa cum ii spune la noi "painea noastra cea de toate zilele".

Cina era intotdeauna prilej de bucurie intr-o familie chineza, deoarece atunci se strangeau toti ai casei, cu mic cu mare, in jurul mesei. Chiar nu conta daca masa era sau nu incarcata de mancaruri, important era sa existe un bol de orez aburind din care sa serveasca toti mesenii.

Iar daca cina era mai consistenta si tot orezul fiert nu putea fi consumat in intregime in acea seara, el era pastrat pentru a doua zi cand, la micul dejun din el se pregatea un altfel de mancare: orezul prajit. La orezul prajit variantele erau nenumarate, deoarece, de multe ori el era amestecat cu legumele si carnea ramasa de cu seara.

Iata, deci, cum niste ramasite de la cina se pot transforma intr-un delicios fel de mancare pentru a doua zi!

Pentru a realiza un orez prajit perfect avem nevoie sa stim

doua lucruri:

1. *tipul de orez: Basmati sau Jasmine.* Oricare dintre ele este ff bun. Este subtire, delicat, foarte aromat si placut la gust, mai sarac in amidon si se preteaza cel mai bine pentru prajit. Atunci cand gatiti chinezeste, nici macar sa nu va ganditi sa folositi orez cu bob rotund, orez arborio pentru risotto, orez brun, orez negru sau integral. In cel mai rau caz, daca nu gasiti orez Basmati sau Jasmine, puteti folosi din cel prefierat, desi va sfatuiesc sa cautati ceea ce trebuie.



2. *sa folositi orez deja fiert cu o zi inainte!* Da, este foarte important ca orezul sa fie fiert in prealabil cu cel putin 24 de ore si sa fie rece. Aici exista si o explicatie foarte importanta: orezul proaspat fiert este umed, moale si contine multi vaporii. Odata pus in wok, el se deveni foarte lipicios si va capata consistenta pilafului. Daca orezul este lasat la rece peste noapte, atunci el isi va pierde din umiditate, va deveni mai ferm si mai uscat. In felul acesta va putea fi manevrat foarte bine in wok, nu se va zdrobi, iar bobul isi va pastra consistenta si savoarea.



Acum ca am lamurit si problema orezului, aducem in discutie si celelalte componente: ce legume folosim? Putem pune si carne? Dar sosuri? Raspunsul este DA pentru toate. La orezul stir fry aveti in principiu sa folositi ~~cam tot~~ ce va doreste inimioara (uf, nu credeam ca o sa spun acest lucru atunci cand vine vorba de mancare chinezeasca! :))). Puteti folosi legume congelate si dezghetate precum porumb, mazare, sau legume proaspete precum morcov, ardei, teaca de mazare-snow pea, varza, salata pak choy, spanac, recomand insa legume mai moi si zemoase (rosii de exemplu), sau legume bogate in amidon (cartof, fasole boabe, cartof dulce sau dovleac).

La capitoul carne puteti folosi cu succes: pui, porc, creveti sau jambon afumat. Nu este de recomandat carnea de vita, miel sau peste.

Adeseori, la acest tip de orez se adauga si oua, de regula

prajite in "stil jumari". Cred ca este inutil sa va reamintesc ca la acest orez unt, branza, parmezan si alte lactate care va vin in sunt lucruri total excluse, da? :)).

Condimente si sosuri: puteti folosi sare (cu masura, deoarece sosul de soia este destul de sarat), piper, ardei iute, NEAPARAT usturoi, ceapa verde, ghimbir. Ca sosuri si uleiuri nu as recomandata foarte multe, ca sa nu uitam ca totusi este un fel de mancare simplu si nepretentios: putem pune sos de soia, alcool de gatit, sau sos de stridii. Nu recomand sosul dulce acrisor, sos iute, sos dulce . Daca adaugam foarte multe sosuri, riscam sa alternam gustul initial si sa transformam totul intr-o mancare cu mult sos si nu dorim asta! Sa nu uitam ca acest tip de orez este precum painea la masa, deci el va acompania alte mancaruri pe baza de sos! *Foarte important:* la sfarsit se adauga o lingurita de ulei de susan pentru a da acel gust specific orezului.

Astazi va redau varianta clasica a orezului stir fry! *Orez cu porumb si mazare.* Pe cat de simplu, pe atat de delicios! L-am innobilat cu porumb dulce de la Sun Food. Se comporta perfect in wok, si acompaniaza de minune orezul si celelalte ingrediente!



Bobitele de porumb de la Sun Food sunt dulci, crocante si proaspete, le mananc intotdeauna cu mare placere!



Ingrediente:

- 1 bol de orez fiert si racit (cca 200 g)
- 200 g porumb dulce boabe in vid Sun Food 340 g
- 70 g mazare proaspata sau congelata
- 1 ou (+sare si piper)
- 2 catei usturoi
- 2 fire ceapa verde
- 3 lingurite ulei vegetal
- 2 lingurite sos de soia
- 1 lingurita vin de orez (alcool de gatit)
- 1 lingurita ulei de susan



Tocam marunt partea alba de la ceapa (partea verde o vom folosi la final) si usturoiul, le lasam deoparte.

Intr-un wok incingem 1 lingurita ulei vegetal. Intr-un castronel batem oul cu un praf de sare si unul de piper. Turnam oul batut in wok si incepem sa amestecam cu o spatula de bambus pana obtinem bucatele mici de omleta.



Dupa ce bucatelele de ou sunt bine rumenite, le strangem pe toate intr-o parte a wokului si continuam gatitul.



Turnam restul de ulei vegetal in partea goala a wok-ului si adaugam partea alba de la ceapa tocata si usturoiul tocat. Calim cateva secunde pana ce capata un gust placut, avand grija sa nu se arda usturoiul.



Amestecam si cu bucatelele de ou



dupa care adaugam mazarea si porumbul (foarte bine scurse de apa!).



peste ele turnam sosul de soia si alcoolul de gatit si sotam totul pentru 1-2 minute pana ce toate se incorporeaza.

Adaugam orezul fiert si racit.



Calim totul bine pana ce orezul absoarbe tot lichidul si toata umezeala din wok. Urmatoarea etapa este prajitul: cu ajutorul spatulei apasam orezul dupa care il intoarcem, astfel incat sa se rumeneasca usor pe toate partile. Vom sti ca este gata, atunci cand orezul nu se va mai lipi de fundul wokului si va fi pufos.



Presaram partea ceapa verde tocata si putem servi



Dupa cum spuneam, il putem servi ca fel de baza principal



sau alaturi de alte preparate pe baza de legume sau carne



este tare bun si aromat!



o sa vreti sa-l serviti foarte des! ☐



Enjoy!

Scoici în stil chinezesc

written by Andreea



Scoicile nu s-au numarat dintotdeauna printre mancarurile preferate ale chinezilor. Nici nu am putea spune ca bucatarii

chinezi si-au facut un obicei din a gati scoicile sau fructele de mare. Cu toate astea, crevetii sunt foarte iubiti de catre chinezi si sunt pe zi ce trece din ce in ce mai cautati in restaurantele din China.

Cat despre sunt gatite mai rar in bucataria chinezeasca. Insa acolo unde se gasesc, sunt pregatite in cel mai delicios mod posibil. In general, in China, scoicile se gasesc numai in restaurantele din zonele Chinei care sunt in apropiere de mare. Prima data am mancat scoici pe insula Hainan si mi-au placut tare mult! Imi aduc aminte si acum ca erau tarabe cu diferite castroane in care se aflau scoici proaspete si peste, din care iti alegeai ce si cat vroiai. Apoi te duceai la alte tarabe de pe care iti alegeai ingredientele si condimentele.

Dupa care te duceai la omul care ti le gatea, depinde cum doreai. Te puteai duce la grataragiu sau la omul cu wok-ul. Pentru o suma modica grataragiul sau wok-istul cum ii spuneam noi □ iti pregatea in cateva secunde cel mai bun fel de mancare pe care il puteai servi!

A doua oara cand am mancat scoici in China a fost in Qingdao. Acolo varietatea de scoici si creveti era infinit mai mare! In viata mea nu am vazut si nu cred ca o sa mai vad atatea feluri de scoici si fructe de mare, plus alte nu stiu cate vietati comestibile din mare! Si aici ma refer la castraveti de apa, meduze, creveti mici, mari, jumbo, pui de creveti vii si uscati, bureti de mare si alte nu stiu cate miscatoare pe care nu le-am putut recunoaste. Existau restaurante care serveau numai asa ceva. Si aici puteai sa iti alegi materia prima, cat si modul de preparare. Intr-o zi, o prietena m-a dus la cel mai bun restaurant din oras. Imi aduc aminte ca in ziua aceea am servit la masa 12 feluri de scoici (fierte, la aburi, calite, in sos iute, in sos aspic...) si vreo 3 neamuri de creveti. Dupa masa aceea, sincer va spun, n-am mai vrut sa mananc nici macar peste vreo jumatate de an! :))

Buun si acum presupun ca ma intrebati de unde si pana unde ideea asta cu scoicile? "Raspunzatoare" pentru aceasta reteta este Laura de la Golin, care intr-o seara mi-a adus un mesaj surpriza din partea Electrolux. Cu aceasta ocazie am aflat ca in fiecare luna, Electrolux are cate un ingredient secret care sa ne aduca inspiratie in bucatarie si sa ne faca sa il gatim intr-un mod inedit. Iar secretul lunii octombrie a , ati ghicit!



Fericita peste masura si inarmata cu un voucher, m-am dus la Metro si am gasit cele mai proaspete si mai bune scoici. De fapt, vongole. As fi luat midii, insa vongole mi s-au parut mai interesante si mai dragute pentru reteta mea de astazi. In plus, va spun sincer, le-am curatat mult mai repede si mai usor fata de midii. Spre deosebire de midii, care trebuiesc spalate si frecate cu o perie, in plus trebuiesc curatate si de "barba" lor specifica, vongole sunt mult mai curate. Bineinteles si atunci cand pregatiti vongole, trebuie sa le acordati putina atentie atunci cand le curatati. Modul este foarte simplu: in primul rand, va asigurati ca sunt proaspete, nu prezinta miros alterat si au cochiliile inchise. Cele cu cochilii deschise le aruncati deoarece nu mai sunt bune pentru consum. Asadar, dupa ce v-ati asigurat ca toate sunt inchise, le puneti intr-un castron cu apa rece presarati peste ele piper macinat sau ardei iute si le lasati asa in apa timp de o ora. Scoicile se vor curata singure, pentru ca se vor deschide usor si vor "scuipa" tot nisipul si impuritatile pe care le-au depozitat in cochilii.



Le mai clatiti din nou sub jet de apa rece si sunt deja bune pentru pregatit.

Acestea fiind spuse, va invit sa trecem la reteta. □

Ingrediente:

- 500 g scoici vongole
- 2 catei de usturoi
- 1 bucata ghimbir de 5 cm
- 2 fire ceapa verde
- 2 ardei iuti
- 2 linguri ulei
- 2 linguri sos de soia light
- 1 lingura sos de stridii
- 1 lingura vin de orez (alcool de gatit)
- 50 ml apa sau supa de peste
- 1 lingurita ulei de susan
- coriandru proaspat



Pe un tocator de lemn, tocati asa: ardeii iuti (daca doriti ca mancarea sa fie mai picanta, atunci lasati ardeii cu seminte cu tot), ghimbirul, usturoiul si partea alba de la ceapa verde, partea verde o vom pastra pentru garnisit.



Intr-un wok incingeti bine uleiul, rotiti wok-ul bine astfel incat uleiul sa ajunga si pe peretii acestuia. Adaugati in wok ardeiul iute, usturoiul, ghimbirul, si partea alba de la ceapa.



Sotati cateva secunde pana ce uleiul capata un miros placut, dar aveti grija sa nu se arda! Adaugati sosul de soia, sosul de stridii, vinul de orez si apa sau supa de peste.



Dupa ce a dat in clocot, adaugati imediat scoicile.



Acoperiti wok-ul cu un capac si lasati asa pret de 2 minute pana ce toate scoicile se vor fi deschis. Acum puteti face o ultima verificare. Scoicile care inca nu s-au deschis se pot arunca, acelea nu sunt bune.



Agitati usor wok-ul, astfel incat sa distribuiti sosul format peste toate scoicile.



La sfarsit picurati uleiul de susan



Garnisiti cu partea verde de la ceapa si coriandru proaspat



Serviti cu mare placere, caci sunt delicioase!



Se pot servi alaturi de un bol de orez fiert sau taitei. Dar eu sincer va spun ca le-am mancat asa direct din wok! ☐



Multumesc pentru provocare Electrolux si Golin!

Sos dulce iute-sweet chilli sauce

written by Andreea



Desi gurile rele spun despre sosul dulce-iute ca nu este chinezesc, ci mai degrabă provine din Thailanda sau Vietnam, el se gaseste totusi si in bucataria chinezeasca. Gustul sau dulce si picant in acelasi timp i-a cucerit si pe chinezi, astfel ca de multe ori, am gasit in restaurante, alaturi de anumite preparate si acest sos.



Si la noi in tara se gaseste acest tip de sos, la sticla sau la borcan (la borcan chiar are culoare dubioasa si miros ciudat, daca ar fi sa ma intrebati pe mine :D), contine pe langa ingredientele de baza, cantitati mari de zahar, coloranti, E-uri si alte cate mai. In plus, pretul este si el unul destul de piperat. Si atunci vine intrebarea: de ce sa nu vi-l faceti singuri acasa?



In plus, puteti sa va faceti sosul dupa placul vostru: adica sa decideti cat de dulce doriti si cat de picant suportati. Ca sa nu mai vorbesc despre faptul ca, in afara de zahar si amidon, contine ingrediente naturale si sanatoase.

Sosul acesta este cel mai potrivit pentru Pachetelele de primavara, Coltunasi chinezești, Turtite cu ceapa verde, sau Placintele cu carne. Ba chiar ati putea sa-l mai acompaniati si la Omleta cu ceapa verde sau Clatite chinezești pentru micul dejun.

Partea rea la aceasta reteta este ca nu am poze din timpul prepararii :(. Sa mai iertati, dar pur si simplu nu am avut timp. Insa partea buna este faptul ca sosul se prepara extrem de repede si simplu, deci nu aveti nevoie de prea multe explicatii :).

Deci? Ce mai asteptati?

Ingrediente:

200 ml apa

100 g zahar

100 ml vin de orez (alcool de gatit)

4 ardei rosii iuti

1 bucata ghimbir cat o nuca

2 catei de usturoi

1 praf sare

1 lingura amidon

Intr-o oala puneti la fiert apa impreuna cu zaharul.

Amestecati pana ce zaharul se topeste complet, apoi lasati sa fiarba pana ce pregatiti restul ingredientelor.



Spalati ardeii si ii curatati de cotor. Daca doriti sosul mai iute, atunci pastrati si semintele. Eu am pus 2 ardei cu seminte, 2 fara seminte. Intr-un robot de bucatarie puneti ardeii, ghimbirul, si usturoiul. Porniti robotul si lasati-l sa-si faca treaba pentru cateva secunde, pana ce ingredientele

sunt tocate, de marimea bobului de orez. Eu am vrut ca sosul meu sa aiba bucatele de ardei in el, asa ca nu am transformat ingredientele in pasta.



Turnati ingredientele tocate in oala de pe foc, adaugati sarea si vinul de orez. Lasati sa clocoteasca. Dizolvati amidonul intr-o lingura de apa si turnati-l in oala. Aici puteti decide consistenta sosului. Daca doriti un sos mai gros si mai consistent, atunci mai lasati pe foc pana ce sosul mai scade.

De asemenea, puteti creste cantitatea de amidon.

Se pastreaza in recipiente de sticla inchise ermetic, la frigider si rezista pana la 2 saptamani.



Vinete chinezești cu toufu în stil Sichuan 麻辣豆腐

written by Andreea



Astazi vreau sa va prezint un fel de mancare minunat provenit din Sichuan. Si cand vorbesc despre bucataria Sichuan, bineinteles ca ma refer la piperul acela deosebit cu gust usor mentolat, intepator si pafumat! Incercati acest fel de mancare si o sa vedeti ca este exceptional! Chiar daca nu va place toufu, o sa vedeti ca se potriveste de minune in acest preparat!

Ingrediente:

1 vanata mare

200 g branza toufu mai tare

2 fire de ceapa

3 catei de usturoi
1 ardei iute rosu
2 linguri ulei vegetal
2 lingurite sos de soia
1 lingurita zahar
1 lingura vin de orez (alcool de gatit)
1 lingura otet de vin
1 lingurita piper Sichuan
1 lingurita amidon
1 lingura apa
1 lingurita ulei de susan



Taiati branz tofu in cubulete de 1 cm, spalati vanata, stergeti-o de apa cu un prosop curat, taiati-o si pe aceasta in cuburi de dimensiunea cuburilor tofu. Tocati marunt partea alba de la ceapa, cateii de usturoi, iar ardeiul iute tocati-l feliute. Incingeti wok-ul, turnati o lingura de ulei vegetal. Adaugati bucatile de vinete si caliti-le pana se inmoaie si se rumenesc usor. Desi vinetele inghit mult ulei, pastrati cantitatea de ulei initiala, deci nu depasiti o lingura de ulei. Continuati sa le caliti "pe uscat" in wok. Scoateti vinetele calite pe o farfurie si lasati-le deoparte.



Reasezati wok-ul pe foc. Incingeti uleiul ramas (o lingura) si adaugati piperul Sichuan. Lasati cateva secunde pana ce uleiul se aromatizeaza, si boabele incep sa sfaraie si sa sara din wok. Dati wok-ul deoparte, cu ajutorul unei palete, scoateti boabele de piper si aruncati-le.



In uleiul aromatizat din wok puneti usturoiul tocat, partea alba de la ceapa si feliutele de ardei iute. Caliti totul pret de cateva secunde, avand grija sa nu ardeti usturoiul.



Adaugati cuburile de tofu si caliti cateva secunde,
amestecand usor sa nu zdrobiti tofu.



Turnati alcoolul de gatiti, lasati sa se evapore. Dupa care
continuati cu sosul de soia, zaharul si otetul de vin



Adaugati vinetele calite si amestecati usor. Intr-un bol mic
amestecati amidonul cu putina apa, turnati-l in tigaie si
amestecati, lasati sa se ingroase usor. La sfarsit picurati
uleiul de susan.



Serviti fierbinte alaturi de un bol de orez



Deasupra presarati ceapa proaspata verde si cateva boabe de
piper Sichuan zdrobite



Aromat, picant, bun, excelent! ☐



Cu orez, neaparat! ☐



Enjoy! ☐

Taitei chinezesti cu varza ☐☐



written by Andreea



Daca v-ati saturat de taiteii nostri romanesti cu varza, va dau astazi o idee cum sa-i preparati. Eu zic ca merita sa-i incercati, mai ales zilele astea, daca tineti post. In China, taiteii astia sunt renumiti si se gasesc cel mai des sub denumirea de “street food”, adica pe la bucatariile ambulante de pe strazile Shanghai-ului.

Ingredientele sunt simple si la indemana, cantitatea de ardei iute o puteti stabili dupa cum va dicteaza papilele gustative



Ingrediente (pentru 2 persoane):
2 rondele de taitei uscati (75 g)
3 foi varza chinezeasca
1 ardei iute rosu proaspat
(sau 2 ardei iuti uscati maruntiti)
2 catei de usturoi
2 fire ceapa verde
2 lingurite ulei vegetal
1 lingurita vin de orez (alcool de gatit)
2 lingurite sos de soia
1 lingurita ulei de susan



Tocati legumele pe lung, ca sa se potriveasca bine cu taiteii cei lungi. Faceti exceptie la usturoi si la partea alba de la ceapa :). Adica tocati marunt cateii de usturoi, si partea alba de la ceapa, pastrand partea verde pentru la sfarsit.
Tocati varza si ardeiul iute fasii subtiri.



Fierbeti taiteii conform instructiunilor de pe ambalaj, avand grija sa fie fermi si nu foarte moi.

Intr-un wok incingeti bine de tot uleiul, adaugati partea alba de la ceapa, usturoiul tocat marunt si fasiile de ardei.

Caliti pret de cateva secunde, avand grija sa nu ardeti usturoiul!



Adaugati fasiile de varza si caliti pentru 1 minut, maxim doua amestecand in continuu. Turnati peste alcoolul de gatit si mai caliti pana ce alcoolul se evapora. Alcoolul va ajuta varza sa se inmoaie usor, dar sa o pastreze crocanta in acelasi timp.

Adaugati apoi taiteii fierti. Asezonati cu sosul de soia. Gustati. Nu mai este nevoie de sare, deoarece sosul de soia este deja sarat. La sfarsit picurati uleiul de susan si mai amestecati o data usor.



Serviti imediat in boluri individuale



Garnisiti cu ceapa verde si fasii de ardei iute



Simplu, usor, gustos, satios! ☐



Enjoy! ☐

Baozi- ☐☐ Chifle umplute cu

carne

written by Andreea



A venit vremea sa postez si acesti baozi. Niste chifle tare pufoase umplute, de regula, cu carne de porc, fierte in aburi. Se gasesc peste tot in toata China, dar mai ales in partea de sud a Chinei, pe post de mancare de tip dim-sum. In Shanghai, acolo unde am locuit eu, aceste chifle se puteau cumpara si de pe strada, erau puse in intr-un cos imens de bambus, fierte in aburi, dupa care un vanzator pleca direct cu cosul pe strada sa vanda chiflele fierte. Asa ca le puteai manca direct de la sursa :). In Shanghai chiflele se faceau mai mici si se numeau

xiaolong baozi 小籠包 (*chifle pe aburi*) aveau aluatul mai subtire, si de multe ori erau umplute cu legume si toufu. Bune

rau si alea! ☺ Cu prima ocazie am sa pun si reteta aceea, numai sa exersezi mai mult la tehnica asta afurisita de impachetat caci nu ma descurc deloc! :). In general, baozi se servesc dimineata alaturi de un pahar cu lapte de soia, sau ca gustare intre mese, dar isi au un loc binemeritat si pe masa de sarbatoare (alaturi de coltunasi, taitei cu legume, toufu crocant cu susan, si multe altele. Sunt foarte iubite de catre chinezi si consumate in special acum, cand Sarbatoarea Anului Nou chinezesc, este in toi. Caci, sa nu uitam, chinezii sarbatoresc timp de 7 zile trecerea in noul an :)).

Chiflele mai pot avea si alte umpluturi, precum carne de porc barbeque (renumite in zona Guangzhou si cunoscute sub denumirea de *char siu bao*), cu carne de pui, varza, sau diferite umpluturi de legume.

Astazi, eu va prezint varianta clasica:
pentru aluat:

300 g faina
150 ml apa calda
1/2 lingurita drojdie uscata
1/2 lingurita praf de copt
1 lingurita zahar
1/2 lingurita sare
2 lingurite ulei



Intr-un bol mic se pun 50 ml apa calduta impreuna cu zaharul si drojdia. Se amesteca usor si se lasa sa dospeasca pentru 10 minute. Intre timp, intr-un castron se amesteca faina cu sarea si praful de copt. Se face o gropita in mijlocul fainii si se adauga drojdia dospita, peste care se pune restul de apa si cele 2 lingurite de ulei. Se framanta un aluat molcut care nu se lipeste de maini. In functie de tipul de faina, aluatul ar putea sa mai ceara 1-2 linguri de faina in caz ca va iese prea moale, sau 1-2 linguri apa, in caz ca iese prea uscat. Aluatul se pune intr-un castron, se acopera cu un prosop umed si se lasa la dospit pentru 1 ora.



Intre timp pregatim umplutura:
300 g carne de porc tocata
3 foi de varza chinezeasca (napa cabbage)
2 fire ceapa verde
2 catei de usturoi
1 bucata mica de ghimbir (cam 10 g)
1 lingura sos de soia
1 lingurita vin de orez (alcool de gatit)
1 lingura ulei de susan
1 lingurita amidon



Intr-un castron incapator se pune carnea tocata peste care se adauga toate ingredientele (ceapa verde tocata marunt, ghimbirul si usturoiul tocate marunt, alcoolul de gatit, sosul de soia, uleiul de susan), mai putin varza chinezeasca.



Varza se toaca marunt marunt, dupa care se ia cantitati mici, se pun in pumn si se storc bine de tot pana ce iese tot sucul din varza. Varza contine destul de multa apa, daca nu scoatem apa din varza, riscam sa obtinem o umplutura moale si curgatoare. Se adauga varza bine scursa la umplutura de carne.



Se amesteca umplutura bine de tot (numai in sensul acelor de ceasornic! asa cere traditia ☐) pana se obtine o pasta lipicioasa, dar ferma.



Odata crescut aluatul, il scoatem din castron si il mai framantam pe masa de lucru timp de 3 minute, pana ce devine neted si elastic.



Din aluat se rup bucati de marimea unei mandarine



se ia o bucata de aluat, se modeleaza sub forma de mingiuta, dupa care se aplatizeaza cu podul palmei. Cu ajutoru sucitorului, se intinde aluatul rotindu-l dupa fiecare presare cu sucitorul.



Aluatul se intinde cam cat marimea palmei. Se ia o lingura de umplutura (traditional, chinezii folosesc betisoarele pentru a amesteca umplutura si pentru a pune umplutura pe aluat, dar voi puteti folosi linistiti si o lingurita ☐)



Aici intervine tehnica aia afurisita pe care eu inca nu o stapanesc :). Cu degetul mare al mainii stangi se impinge in afara usor aluatul, iar cu mana stanga se "ciupest" aluatul, strangandu-l intr-un pliu. Da, stiu, n-ati inteles nimic din tehnica, e mult mai simplu decat va imaginati, insa eu una nu sunt in stare :). Va atasez mai jos un video ca sa vedeti cat e de simplu si ce frumosi pot sa iasa :). Femeia vorbeste in chineza, dar nu e nevoie sa o ascultati, urmariti doar mainile ei, este foarte clar ceea ce face :).

Buuun, acum ca ati stapanit tehnica, treceti la fapte! ☐
Bietul meu baozi a iesit destul de chinuit...



De fapt, cam toti au iesit chinuiti! ☐



Se aseaza chiflele pe bucati de hartie de copt si se pun in cosul de bambus pentru aburi, sau bamboo steamer, in engleza. Daca nu aveti acest dispozitiv, ii puteti pune la fel de bine in aparatul pentru aburi, sau intr-o sita mare pentru scurs legume, sa zicem, sau o sita din aceea pentru paste :D.



Dar neaparat sa puneti hartie de copt ca sa nu se lipeasca la gatit. Nu inghesuiti chiflele! Puneti 5 maxim 6 in cos, lasand spatiu intre ele, pentru ca vor mai creste cand vor da de caldura aburilor.



Cosul meu de bambus arata asa. Este pe 2 nivele, nu este foarte inalt si este foarte usor. Dar v-am zis, daca nu aveti, puteti folosi un dispozitiv improvizat.

Puneti pe foc o oala umpluta pana la jumatate cu apa de la robinet. Turnati in apa 2 lingurite de otet, fapt ce va ajuta chiflele sa-si pastreze culoarea alba si frumoasa la gatit.

Altfel, aluatul va deveni usor galbui.



Cand apa a dat in clocot, asezati cosul cu chifle peste oala si lasati sa se gateasca la foc mediu timp de 20 de minute.

Dupa ce timpul s-a scurs, luati o chifla si testati-o, umplutura ar trebui sa fie gatita. Daca nu vi se pare gatita, mai lasati pe foc maxim 10 minute.



Serviti chiflele fierbinti cu un sos format din sos de soia, otet de vin, 1 lingurita zahar, 1 catel de usturoi zdrobit. Chiflele rezista la frigider timp de 2, maxim 3 zile. A doua zi se pot reincalzi pe baie de aburi sau in cuptorul cu microunde.



Sa aveti pofta! ☐