

Temps de préparation : 30min
Niveau de réalisation : Moyen
Nombre de pièces : 10

BaoBrac

Ingrédients : *Cette recette nécessite un panier vapeur, idéalement en bambou, accompagné de son couvercle*

Vous en trouverez facilement dans un magasin asiatique. Idéalement, prenez un panier de Ø 30cm, dans lequel vous pourrez disposer une 12aine de pièces. Sinon, un cuit-vapeur fera l'affaire.

→ Pâte

- * Farine de *blé* (type 55) – 140g
- * Levure boulangère – 10g
- * Eau tempérée – 70ml
- * Sel fin – 1 pincée


→ Dressage

- * Carottes sable – 2-3
- * Sucre brun – 1 CAS
- * Fromage de brebis

→ Farce

- * Bœuf (merlan) – 200g
- * Champignons bruns – 15g (1 pièce)
- * Oignon – 1/4
- * Échalote – 1/2
- * Saucisse crue – 1
- * Sel fin – 1 pincée
- * Poivre noir – 1 pincée
- * Huile de basilic



 *Produits allergènes*

Avant tout, assurez-vous d'avoir le bon matériel : il faut un grand fait-tout avec lequel je recommande 1 panier en bambou traditionnel de Ø 30cm (avec un couvercle), ou un cuit-vapeur qui fera tout aussi bien l'affaire. Ensuite, il vous faudra du papier sulfurisé. Soit du papier sulfurisé rond et perforé (version pro que vous trouverez dans les magasins asiatiques), soit vous découpez des feuilles de papier sulfurisé en petits carrés de 6x6cm, x15aine d'unités...

Une fois le bon matériel acquis, en cuisine ! Commençons par mélanger la farine, la levure, le sel et l'eau.

Mélangez et pétrissez pendant une 10aine de minutes, jusqu'à obtenir une pâte d'apparence semblable à une pâte à pain, puis couvrez et laissez pousser 2h minimum.

Découpez la saucisse en tranches de 1/2cm et réservez-les dans un bol.

Émincez le ou les champignons, ainsi que l'oignon et l'échalote.

Hachez votre bœuf, que je recommande au couteau afin de laisser un peu d'épaisseur, semblable à un tartare.

Déposez le tout dans un cul-de-poule, salez, poivrez et ajoutez l'huile au basilic, mélangez.

Portez à ébullition 1L d'eau dans une casserole.

Pendant le temps que mettra l'eau à bouillir, nous passerons à l'assemblage des bao.

A présent, fleurez votre plan de travail, afin que la pâte n'adhère pas. Dégazez la pâte et divisez-la en pâtons de 20g (pour une taille buffet). Vous devriez en avoir une 10aine (chutes assemblées incluses). Maintenant, boulez chaque pâton sur votre plan de travail. Prenez le pâton et passez-le au rouleau. Lorsque vous avez obtenu un cercle d'environ 10cm de diamètre, déposez la pâte dans la paume de votre main et mettez une lamelle de saucisse et dessus un peu de farce. Ensuite, prenez les bords de la pâte avec l'autre main et regroupez-les afin d'obtenir une aumônière. Enfin, tournez du bout des doigts les bords de la pâte repliés afin d'obtenir un effet de torsade et coupez le surplus.

Posez la brioche sur le papier sulfurisé. Veillez à ce que vos bao soient bien fermés avant la cuisson, sinon ils risquent de s'ouvrir.

Déposez les bao dans le panier vapeur, et espacez-les de plusieurs centimètres car ils gonflent à la cuisson. Maintenant, l'eau doit bouillir, et c'est le moment de déposer votre panier rempli de bao. Laissez cuire 20min au total, mais si vous avez superposé des paniers (2 maximum), au bout de 10min, inversez les paniers afin d'obtenir une cuisson homogène.

Pendant le temps de cuisson, lavez les carottes et dans une poêle chaude, faites fondre une noisette de beurre.

Déposez les carottes, saupoudrez de sucre et arrosez avec un fond d'eau. Laissez cuire à feu doux et retournez les carottes de temps à autre. Coupez des lamelles de fromage.

Pour le dressage, posez les bao sur un côté de l'assiette, de l'autre les carottes entre lesquelles vous mettrez des lamelles de fromage.

Voilà, c'est fait ! Bravo et bonne dégustation.