



Banh bao farci à la poitrine de porc confite

Ingrédients pour 4 personnes

Pour la pâte à bao

- 7 gr de levure chimique
- 400 ml de lait demi-écrémé
- 1 c à c de bicarbonate de soude
- Sel
- 700 gr de farine 00
- 50 gr de beurre non salé

Pour la poitrine confite

- 750 gr de poitrine de porc demi-sel

Si vous ne trouvez pas de poitrine demi-sel, prenez une salée et faites-la dégorger 24 h dans de l'eau

- 1 litre de bouillon de volaille
- Sauce hoisin
- Vinaigre de riz sucré
- ½ tête d'ail

- 2 carottes
- ½ concombre
- 5 radis
- ½ de coriandre fraîche
- Pâte de piment tomatée
- Graines de sésame

La préparation

Les baos

1. Délayez la levure chimique dans le lait tiédi. Laissez agir quelques minutes puis incorporez le bicarbonate de soude et du sel. Faites fondre les 50 gr de beurre ;
2. Déposez la farine dans un grand saladier, versez-y le lait tiède et pétrissez à la main. Ajoutez ensuite le beurre fondu, pétrissez à nouveau ;
3. Lorsque la pâte à une consistance bien homogène, couvrez-la d'un linge et laissez lever +/- deux heures dans un endroit chaud. Ce temps écoulé, confectionnez de petites boules de pâte et laissez à nouveau lever deux heures ;

La poitrine de porc

1. Préchauffez le four à 160° ;
2. Déposez la poitrine de porc dans un plat allant au four et mouillez aux ¾ avec le bouillon. Arrosez-la généreusement de sauce hoisin, d'une c à s de vinaigre de riz et ajoutez la demi tête d'ail. Couvrez d'aluminium et enfournez entre 160° et 140° pendant 3 à 4h. ;
3. Lorsque les boules pâte ont bien levé, cuisez-les à la vapeur une vingtaine de minutes ;
4. Lorsque la viande est bien confite, laissez-la refroidir pour faciliter la découpe ;

5. Une fois froide, détaillez la poitrine en tranches de +/- 4 cm d'épaisseur et poêlez-les au beurre pour les colorer.

Les légumes

1. Epluchez les carottes et le concombre. Réalisez des tagliatelles à l'économe et faites-les mariner dans un mélange vinaigre de riz sucré/eau ;
2. Détaillez les radis en fines tranches.

Le dressage

1. Comme pour un hamburger, ouvrez le bao en deux, déposez des tagliatelles de carottes, un porc de poitrine de porc et des tagliatelles de concombre ;
2. Garnissez avec des tranches fines de radis, de la coriandre fraîche et d'un peu de pâte de piment. Refermez avec la deuxième moitié du bao saupoudré de graines de sésame grillées.