



Bao bandelės su antienos didkepsniais



Gaminimas

Kambario temperatūros piene ištirpinti mieles, dėti cukrų ir leisti pastovėti 5min. Supilti vandenį ir actą, išmaišyti ir masę supilti į miltus, paruošti mielinę tešlą, taip kaip esate pratę, aš ruošiu kombaine kol sukimba į kamuolį ir palietus tešla nebelimpa prie rankų, dedame pakilti dvigubai. Pakilus, paskleisti tešlą ant stalo, apiberti kepimo milteliais, tešlą susukti į ritinį ir tuomet 5min minkyti kol įsiminkys kepimo milteliai. Leisti tešlai pailsėti 5min. Susukti į ritinį ir padalinti į vienodus 8 arba 10 dalių. Kiekvieną kamuoliuką iškočioti ovalo formos, perkelti ant atkirpto kepimo popieriaus, vieną pusę petepti aliejumi ir perlenkti. Pakildinti bandeles dvigubai, užtrunka apie valandą. Garpuodyje įkaitinti vandenį ir dėti bandeles kepti/garinti uždengus dangtį apie 8-11min. Bandelių vidinę pusę patepti padažu, dėti plonai pjaustytos antienos juostelių, morkų ir kitų daržovių, pabarstyti sezamais bei panko džiūvėsėliais ir skanauti.

Už receptą dėkojame Lucky Spoon.
Atgal į receptų sąrašą



INGREDIENTAI

2 vnt.	antienos didkepsnių norimo skonio marinatė iškeptų pagal instrukciją ant pakuotės
3 vnt.	morkų pjaustytų šiaudeliais
	Pasirinktinai:
	šviežiaus agurko
	svogūnų laiškų
	čili pipirų
	salotų ar pan
5-6 šaukštai	hoisin padažo arba kito mėgstamo saldžiarūgščio padažo
	Skrudintų sezamo sėklų, skrudintų panko džiūvėsėlių arba žemės riešutų.
	8-10 Bao bandelėms pagaminti reikės
250 g	miltų
8	cukraus
100 g	sausų mielių
100 g	vandens
25 g	pieno
10-20 g	aliejaus
25 g	ryžių acto arba kito švelnaus acto
10 g	kepimo miltelių

