

Baozi (包子), pane cinese ripieno al vapore



Questi panini imbottiti cinesi vengono spesso serviti nelle case da tè, insieme agli involtini fritti e ai raviolini di diverso tipo, al vapore o saltati in padella. Quando mi trovavo da dei parenti a Hong Kong non mancava giorno in cui a pranzo non andassimo in una o un'altra casa da tè per mangiarli!

Si possono preparare con diversi ripieni, sia di carne che vegetariani e, perché no, anche in alcune versioni dolci; qui è stato usato un ripieno molto semplice e delicato a base di pollo, bambù, funghi shi-take e salsa d'ostriche.

Ingredienti per 16-20 panini:

Impasto:		
farina 0	gr	500
lievito di birra	gr	40
strutto	CT	2
acqua		QB
zucchero	ct	1
sale	presa	1
Ripieno:		
pollo	gr	100
funghi shi-take secchi	Tz	½
bambù	Tz	½
salsa d'ostriche	CT	2
salsa di soia	ct	1
sale e pepe		
sake (o whisky o grappa)	CT	1
maizena	ct	1
acqua		QB
olio EVO		QB

Preparazione:

Questo è un piatto in cui i tempi per la preparazione sono intervallati da lunghi periodi d'attesa: può essere utile preparare il ripieno un giorno prima e conservarlo in frigo.

Per l'impasto sciogliere il lievito in acqua tiepida con lo zucchero e un cucchiaino di farina; lasciarlo crescere bene in un luogo tiepido (per esempio il forno a +35°). Quindi aggiungerlo alla farina e allo strutto e mescolare, a mano o con la planetaria. Dopo i primi cinque minuti aggiungere il sale ed eventualmente altra acqua; a poca per volta. L'impasto è pronto quando si stacca da solo dalle pareti della planetaria.

Lasciarlo crescere per mezz'ora riparato da correnti d'aria e lontano dal freddo.

Cominciare a preparare il ripieno: tagliare il pollo a dadolini e condirlo con sale, pepe e metà del liquore e della salsa di soia. Strizzare i funghi ammollati in acqua tiepida per mezz'ora e ridurli a dadolini così come poi il bambù.

Scaldare dell'olio in un wok o in una padella e rosolare il pollo brevemente; quindi aggiungere funghi e bambù, insaporire il tutto e poi aggiungere il resto dei condimenti sciolto in un po' d'acqua con la maizena.

Appena la salsa comincia a rapprendersi versare il ripieno in un contenitore e lasciarlo raffreddare.

Riprendere l'impasto e lavorarlo a mano per una decina di minuti. Quindi riporlo e lasciarlo lievitare un'altra ora. Riprenderlo, tagliarlo a tocchetti e formare delle palline da formare poi con le mani a dischetti; a seconda delle dimensioni si otterranno da sedici a venti pezzi.

Distribuire il ripieno sui dischetti e poi, appoggiando il dischetto sul palmo della mano, racchiudere (in cinese, per l'appunto bao) dolcemente la mano in modo da formare una piccola sfera di pasta ripiena.

Appoggiare via via i panini su dei quadratini di carta forno (meglio bucherellata) perché non attacchino e lasciarli riposare almeno una quindicina di minuti, possibilmente coperti.

Disporli in un contenitore per la cottura al vapore o nei tipici cestini di bambù e cucinarli a vapore sull'acqua che già bolle a fuoco molto vivo per una decina di minuti almeno.

I baozi saranno pronti quando il loro volume sarà più che raddoppiato.

Vanno serviti caldi conditi eventualmente con della salsa di soia.

SUGGERIMENTI E NOTE:

- Come indicato all'inizio della descrizione, qui è stato usato un ripieno a base di pollo. Esistono diversi altri ripieni e in un prossimo futuro verranno pure descritti e fotografati.
- Il ripieno di pollo piace molto ai bambini che fra l'altro adorano l'idea di un panino che, magicamente, contiene già il ripieno!
- Il ripieno può essere preparato anche in buona quantità e conservato poi, porzionato, in freezer.
- L'impasto può essere preparato il giorno prima, volendo, e poi conservato in frigo. Andrà lasciato poi un'oretta a temperatura ambiente prima di lavorarlo.