

Bun Ekmeği

Yumuşak ve kabarık ev yapımı bao bun ekmeği tarifi. Çinli buharda pişmiş ekmekleri çeşitli dolgularla servis edin. Adım adım kolay tarif.

3h	10 min	3h 10min	8	Hard
HAZIRLIK	PIŞIRME	TOPLAM	PORSİYON	ZORLUK



Malzemeler

- 300 g un
- 1 bardak mısır unu
- 5 yemek kaşığı pudra şekeri
- 1 çay kaşığı maya
- 1 çay kaşığı kabartma tozu
- 3 bardak su
- 1 bardak sıvı yağ

Yapılışı

- Prepare the dough**
Combine 300g flour, 1 tsp salt, and 1 tsp sugar in a large mixing bowl.
- Create a well in the center and add 1 cup warm water and 5 tbsp oil. Mix with a wooden spoon until a shaggy dough forms.

- Knead the dough on a floured surface for 10-12 minutes until smooth and elastic, or use a stand mixer with dough hook for 8 minutes on medium speed.
- First rise**
Place dough in an oiled bowl, cover with damp cloth, and let rise in a warm place for 60-90 minutes until doubled in size.
- Shape the buns**
Punch down risen dough and roll out on floured surface to 1cm thickness.
- Cut into 8cm rounds using a cookie cutter or glass. Brush each round lightly with oil from the remaining 3 cups.
- Fold each round in half to create a half-moon shape, then gently press with a rolling pin to flatten slightly while maintaining the fold.
- Place each shaped bun on a small square of parchment paper and arrange on a large tray covered with a clean kitchen towel.
- Second rise**
Let shaped buns rise in a warm place for 30 minutes until noticeably puffed.
- Steam the buns**
Fill a large pot with 1 cup water and bring to a boil. Place buns with parchment paper in steamer basket, leaving 2cm space between each bun.
- Cover and steam over medium heat for 10-12 minutes until buns are fluffy, white, and spring back when lightly touched.

Besin Değerleri

185	3.2g	32g	5.1g	1.2g	2.1g	103mg
KALORI	PROTEİN	KARBONHİDRAT	YAĞ	LİF	ŞEKER	SODYUM

Porsiyon başına

İpuçları

İstant maya kullanırken ön etkinleştirmeye gerek yoktur, direkt hamura eklenebilir. Aktif kuru maya kullanıyorsanız önce ılık suda köpürene kadar bekletin.

Hamuru önerilen sürede ve düzgün şekilde yoğurun, aksi takdirde ekmeklerde lekeler oluşabilir. Hava kabarcıklarının sıkışmaması için hamuru iyice işleyin.

Buharda pişirirken mutlaka düşük-orta ateş kullanın. Yüksek ateş ekmeklerin aşırı pişmesine ve ıslak kalmasına neden olur.

Buharlama sırasında ekmekler arasında yeterli boşluk bırakın, çünkü pişirme sırasında daha da kabarırlar ve birbirlerine yapışabilirler.

Kullandığınız un türüne göre su miktarını ayarlayabilirsiniz. Bazı unlar daha fazla, bazıları daha az sıvı emer.

Mükemmel beyaz renk için ağartılmış un tercih edin. Normal çok amaçlı un soluk sarı renkte ekmekler verir.

Dondurulan ekmekleri direkt buharlı pişiricide ısıtabilirsiniz, çözdürmeye gerek yoktur. 5 dakikada tamamen ısınırlar.

Hamuru şekillendirirken yüzeye hafif yağ sürmek yapışmayı önler ve daha kolay işlem yapmanızı sağlar.