



Bao buns med vildsvinskarré

Bao buns är en asiatisk rätt som passar alldeles fantastiskt bra att göra med vildsvinskarré. De fluffiga ångade bröden fylls med strimlad marinerad vildsvinskarré, gurkstavar, picklad rödlök och koriander. Det här är perfekt bjudmat och

garanterat en rätt som dina gäster kommer att uppskatta! Det går att köpa bao-bröd i välsorterade affärer om du vill hoppa över det steget, men det är inte så svårt att fixa själv om du följer det här receptet.

ANTAL PORTIONER CA: 6

INGREDIENSER

BUNS (CA 12 ST)

2 ½ dl vatten
½ påse (7 g) torrjäst
1/2 dl neutral rapsolja
2 msk strösocker
2 tsk salt
8 1/3 dl (500 g) vetemjöl

FYLLNING

500 g vildsvinskarré
neutral rapsolja till stekning

MARINAD

½ dl hoisinsås
3 msk ostronsås
1/2 tsk sherry-vinäger
1 tsk sesamolja
1 vitlöksklyfta, finriven

GRÖNSAKER

1 gurka, skuren i tunna stavar
1 picklad rödlök
½ huvud isbergssallad
½ kruk färsk koriander, plockad
1 picklad rödlök (se recept nedan)

Picklad rödlök

1 rödlök
½ dl ättiksprit (12 %)

1 dl strösocker
1,5 dl vatten

DRESSING

1 msk rörsocker
4 msk fisksås
¾ dl vatten
1/2 dl pressad saft av lime
1 vitlöksklyfta, finriven
1 röd chili, finhackad

½ kruk färsk koriander, finhackad

TILL SERVERINGEN

Sriracha

GÖR SÅ HÄR

BÖRJA MED ATT PICKLA RÖDLÖKEN:

1. Blanda ättika, socker och vatten i en kastrull, koka upp och låt svalna.
2. Skala och skiva löken i millimetertunna skivor, använd mandolin.
3. Lägg lökskivorna i lagen och ställ kallt.
4. Den är klar efter ett par timmar.

BUNS

1. Blanda fingervarmt vatten, jäst och olja i en degbunke eller köksmaskin.
2. Tillsätt sedan socker, salt och mjöl och knåda för hand i cirka 10 min till en smidig deg.
3. I maskin tar det cirka 5 min.
4. Täck bunken och låt degen jäsa ca 1 tim.

FÖRBERED KÖTTET, DRESSINGEN OCH GRÖNSAKERNA UNDER TIDEN DEGEN JÄSER.

1. Ta fram köttet ur kylan.
2. Blanda ingredienserna till marinaden.
3. Blanda ingredienserna till dressingen.
4. Skär köttet i ca 1 cm tjocka skivor, eller strimlor, och stek dem, lite i taget, i olja i en stekpanna på hög värme och lägg det i marinaden.
5. När allt köttet är stekt: lägg tillbaka det i stekpannan tillsammans med marinaden.
6. Låt småkoka tills marinaden blivit tjockflytande.
7. Skär gurkan i tunna stavar och plocka bladen av isbergssalladen.

GÖR BUNSEN

1. Ta upp degen på mjölad bänk och forma en rulle som delas i 12 bitar.
2. Forma varje bit till en boll och kavla ut bollarna till ovala plattor.
3. Pensla halva degplattan med olja och vik över den andra halvan så att det blir en halvmåne.
4. Låt vila på bänken under duk i ca 30 min.
5. Klipp bakplåtspapper i 12 fyrkantiga bitar, ca 8 x 8 cm.
6. Lägg varje bun på ett papper och placera dem i en ångkorg eller ånginsats av bambu, lägg på lock och ånga dem i ca 10 min.
7. Låt svalna.
8. Fyll varje bun med gurkstavar, kött, rödlök och koriander.
9. Lägg varje fylld bun i ett salladsblad, droppa lite dressing över och eventuellt lite sriracha för extra hetta!

Recept: Desirée Jaks, kock

Foto maträtter: Henrik Lewander

www.svensktvildsvinskott.se