Brood & bakken / China

Mantou (Chinese gestoomde broodjes)

Kussenzachte, gestoomde witte tarwebroodjes met een subtiele zoetheid – de gewone mantou die zowel een Noord-Chinees hoofdgerecht is als het blanco canvas voor vullingen, sliders en dippen in gecondenseerde melk.

Tijd 120 min **Personen** 4

Dit heb je nodig.

- ☐ 100 delen Universele bloem of eiwitarme Chinese witte bloem (medium gluten)
- ☐ 1 deel Instantgist
- ☐ 4 delen Witte suiker
- ☐ 50 delen Volle melk (warm, 38 C)
- ☐ 3 delen Neutrale olie of reuzel
- ☐ 0,5 delen Fijn zout

Zo maak je het.

01 Los de suiker op in de warme melk, voeg dan de gist toe en laat 5 minuten staan tot het schuimt. Meng het met de bloem en het zout in een kom. Meng het geheel tot een ruw deeg, draai het vervolgens om en kneed het 10-12 minuten met de hand, of 6-8 minuten in een keukenmixer met deeghaak, tot het perfect glad en elastisch is. Voeg de olie toe tijdens de laatste 2 minuten van het kneden. In tegenstelling tot brooddeeg moet mantoudeeg droog genoeg zijn om te hanteren zonder te plakken. Als het blijft plakken, bestrooi het dan met bloem en niet met water.

02 Doe het deeg in een licht met olie ingevette kom, dek af met een vochtige doek en laat het 60 minuten rijzen op een warme plaats (28-30 C), of tot het in volume verdubbeld is. Overhaast dit bewijs niet: bij een langzame, gelijkmatige stijging ontstaat een meer uniforme, fijngeborrelde kruimel dan bij een snelle.

03 Leg het deeg op een schoon oppervlak. Rol het uit tot een platte rechthoek van ongeveer 1 cm dik. Rol het strak op vanaf het ene korte uiteinde tot een blok – deze laminering creëert de gelaagde interne structuur. Snijd de boomstam in 6-8 gelijke ovale porties. Leg elk broodje met de snijkant naar boven op een klein vierkantje bakpapier. Dek af met een vochtige doek en laat 25-30 minuten rusten voor de tweede proef.

04 Breng het stoomwater aan de kook voordat u de broodjes erin legt. Laat 3-4 cm ruimte tussen elk broodje terwijl ze uitzetten. Dek af met een goed sluitend deksel en stoom op hoog vuur gedurende 12-15 minuten, afhankelijk van de grootte. Cruciaal: til de deksel niet op tijdens het stomen. Als de tijd om is, zet je het vuur uit en laat je het deksel 5 volle minuten openstaan voordat je het opent. De rest voorkomt de plotselinge temperatuurdaling waardoor het oppervlak krimpt en kreukt.

Recept & herkomst ForkRecipe Kitchen / ForkRecipe / FoodML and contributors / CC BY-SA 4.0.
Oorspronkelijk recept en bronvermelding CC BY-SA 4.0
Nederlandse tekst automatisch vertaald; niet culinair nagekeken.
Porties zijn een richtwaarde; controleer de hoeveelheden in het bronrecept.
recipes.dvs-services.be / mantou