

Menu 205

Chinese Dumplings

Filipijnse Kipkerrie met Kokosmelk

Filipijnse Banaan Loempia

Chinese Dumplings

Ingrediënten (Wrapper, 50-60 Dumplings))

- 400 gram knoedel meel (u kunt broodmeel gebruiken of meel met hoog eiwitgehalte)
- 210 gram water op kamertemperatuur
- 1/2 theelepel zout

Ingrediënten (vulling)

- 350 gram gemalen varkensvlees
- 200 g Chinese selderij (U kunt gewone selderij gebruiken)
- 1/2 kopje blokjes lente-uitjes
- 1,5 eetlepels sojasaus
- 1,5 theelepel oestersaus
- knoflook en gemberpuree (3 plakjes gember + 2 tenen knoflook + 2 el water)
- 1 el plantaardige olie
- 1/2 tl zout



Bereiding

Voor het maken van knoedels gebruiken we knoedelmeel, we noemen het soms ook sterk broodmeel 高筋面粉. Als je dit meel niet kunt vinden, kunt je ook broodmeel gebruiken. Kijk dan naar het eiwitgehalte voor het kiezen: 10% is goed. Als je ook dit niet kan vinden, is er deze truc. Je kan een bloem voor alle doeleinden gebruiken en 2 eieren en water toevoegen aan het meel om het hoger in eiwitgehalte te maken. Je dient het samen te meten, omdat elk ei anders is. Hier is mijn suggestie - voor elke 400 gram bloem voor alle doeleinden heb je 205 - 210 gram van het ei / watermengsel nodig. Nu weet je het geheim achter het meel voor de perfecte knoedel wrapper. We kunnen aan de slag.

Meet 400 g bloem knoedel af en voeg 1/2 tl zout toe. Meng langzaam en voeg 200-210 gram water van kamertemperatuur toe. Gebruik eetstokjes om te roeren terwijl je het water toevoegt. Maak het tot een deeg. Kneed het deeg gedurende ongeveer 5-6 minuten tot het glad is. Bedek.

20 minuten later, kneed het weer voor nog eens 5 minuten. Bedek het met een licht vochtige doek en laat het rusten voor 1 uur. De reden dat we twee keer kneden het is om te helpen bij de ontwikkeling van het eiwit. Dat zal zorgen dat je bol voor de wrapper de juiste textuur heeft.

Tijdens het wachten, kan je u de vulling maken. We maken een varkensvlees selderij vulling. Het is heel makkelijk. - 350 gram gemalen varkensvlees, 200 g selderij, 1/2 kopje blokjes sjalot, 1,5 eetlepels sojasaus, 1,5 theelepel oestersaus, 1 eetlepel plantaardige olie, 1/2 theelepel zout, 1 ei nodig, wat knoflook gember puree.

Roer in één richting gedurende 6-8minuten en sla de vulling. Zet de vulling in de koelkast.

Wanneer het meel meer zacht en speelbaar is, is het de tijd om het deeg te verdelen in vele kleine gelijke stukjes. Leg je deeg op de snijplank en strooi er wat bloem om kleverigheid te voorkomen. Rol het deeg tot een dik stuk, snij het in dikke stroken. Zorg voor stroken met dezelfde dikte. Zodra je klaar bent, lijn ze samen uit. Snijd deze in kleine stukjes. Gebruik iets om het te meten. Lengte en breedte maken niet zoveel uit zolang alle deegstukken maar even groot zijn. Elk deeg stukje moet ongeveer 11-12 gram zijn.

Bedek het met een licht vochtige handdoek en we kunnen beginnen met het maken van de knoedel wrappers. Neem een stuk en druk het plat in je hand. Rol het tot een ronde wikkel met een dikke midden en een dunne rand. De grootte kan groot of klein zijn, hangt af van hoe groot je de dumplings wil maken.

Neem wat vullingen leg het op de wrapper. Vouw de wrapper in de helft en druk het een beetje aan. Druk beide zijden in de richting naar het midden en 'naai' de rand. Versterk de rand om ervoor te zorgen dat ze niet open komen tijdens het koken. Dit recept is genoeg voor ongeveer 50-60 dumplings.

Gebruik een zware pan. Voeg wat olie toe en zorg ervoor dat de olie de bodem bedekt. Zet het vuur matig. De olie zal beginnen opwarmen terwijl je de dumplings toevoegt. Wacht een minuut of 2 en voeg 1/4 kopje water toe. Bedek en laat koken tot al het water is verdwenen. Als de deksel volledig afsluit een kleine opening laten om de stoom af te voeren. Zodra alle vloeistof verdampt is mooi en goudbruin laten worden. Serveer met je favoriete dipsaus.

Filipijnse Kipkerrie met Kokosmelk

Ingrediënten (2 pers)

- 2 eetlepels kokosolie
- 6 Knoflookteentjes, gepeld en gemalen
- 1 middelgrote ui, fijngehakt
- 5 cm lange verse gember, geschild en gesneden
- 2 eetlepels Red Curry poeder
- 1 theelepel kurkuma
- 1 zoete aardappel (Yam), geschild en gesneden in blokjes
- 3 -4 kopjes overgebleven kip of 1 gebakken kip, gehakt of in blokjes
- 1 1/2 blikken kokosmelk plus 1/2 kan water
- 2 eetlepels paleo-friendly Vissaus
- 1 grote rode paprika, fijngesneden
- 1 eetlepel bruine suiker (of honing voor paleo), naar smaak
- zout en peper naar smaak
- koriander voor de garnering (optioneel)



Bereiding

- Verhit de olie in een grote, zware kookpot met een deksel. Bak de knoflook, ui en verse gember tot aromatische in ongeveer 1-2 minuten. Zet de warmte naar de laagste stand en voeg de kerrie poeder en kurkuma toe aan het uienmengsel en roer.
- Voeg de zoete aardappelen en kip toe. Giet de kokosmelk plus 1/2 kan water erbij; Voeg vissaus en wat versgemalen peper toe naar smaak. Breng aan de kook, dek af en laat sudderen op een laag vuur gedurende 8-10 minuten of tot de zoete aardappelen gaar zijn.
- Voeg de gehakte paprika en de bruine suiker of honing toe voor evenwicht in de smaak (niet om zoet te maken). Bak nog 2 minuten of totdat de paprika gaar is. Als de saus te dik wordt, voeg je wat meer water toe. Bij kruiden indien gewenst. Garneer met wat gehakte koriander. Genieten!

Filipijnse Banaan Loempia

Ingrediënten (8 mochi

- frituurolie
- 1/4 kop bruine suiker, of naar behoefte
- 6 grote bananen, gehalveerd dwars en in de lengte
- 24 loempia wrappers, ontdooid
- 1 eetlepel water, of naar behoefte



Bereiding

- Verhit olie in een frituurpan of grote pan tot 175 ° C
- Plaats de bruine suiker in een ondiepe kom. Rol elk banaan in de bruine suiker tot gecoat. Wikkel een loempia wrapper rond elke gecoate banaan, het afdichten van de laatste rand doe je met een lepel of een vinger gedoopt in water. Herhaal dit met de resterende bananen en wrappers.
- Werk in porties, bak loempia in de hete olie tot ze goudbruin zijn, ongeveer 5 minuten. Schep gebakken loempia met behulp van een schuimspaan uit de pan naar een met papier bedekte plaat. Wat suiker kan lekken uit de zijkanten van de loempia tijdens het afkoelen.