Dim sum à la viande hachée de veau relevée

Viande Suisse
Mon choix.

Durée totale: 1 h 5 min
Temps actif: 1 h 5 min
Moyenne



Ingrédients

Pour 20 pièces

Pâte

500 g	farine de blé blanche (type 550)
1 cc	sel
4 dl	eau chaude

Farce et sauce

500 g	viande hachée de veau suisse (pas trop maigre, hachée très finement)
1	morceau de gingembre de la taille d'une noix
1	gousse d'ail
3 brins	menthe poivrée
2 brins	coriandre
1	citron vert bio
1 pointe de couteau	flocons de piment
2 cc	huile de sésame
1 cs	sauce soja
1	jaune d'œuf
1	piment rouge
30 g	sucre roux
2 dl	eau
1 dl	vinaigre de riz

Valeurs nutritives

1 pièce (sans salade de chou) contient env.:

133	kcal
9 g	de protéines
20 g	de glucides
9 g	de lipides

Contient du gluten
sans lactose

Prestations écologiques requises: ?.

La plupart des agriculteurs suisses satisfont aux PER (Prestations écologiques requises) qui règlent notamment l'utilisation de fumure et de produits phytosanitaires, ainsi que la protection du sol et des eaux.

Préparation

1 Pour la farce, placer la viande hachée de veau dans un saladier.

2 Peler le gingembre (le plus simple est d'utiliser une cuillère à café) et le râper finement, éplucher l'ail et le hacher finement. Effeuiller les fines herbes et les hacher finement. Prélever le zeste du citron vert et presser le jus.

3 Ajouter le tout à la viande hachée. Assaisonner de flocons de piment, d'huile de sésame et de sauce soja. Ajouter le jaune d'œuf et travailler le tout jusqu'à obtenir une farce homogène, mettre au frais.

4 Pour la sauce, couper le piment en 4-5 lamelles et le faire cuire 3-4 minutes dans une petite casserole avec le sucre, l'eau et le vinaigre de riz. Laisser refroidir.

5 Pour la pâte, pétrir la farine, le sel et l'eau jusqu'à obtenir une pâte souple. Former un rouleau de pâte d'env. 4 cm de diamètre et le couper en fines rondelles.

6 Aplatir chaque rondelle de pâte pour obtenir une fine galette d'env. 6 cm de diamètre. Le bord devrait être un peu plus mince que le centre.

7 Déposer 1 cs de farce au milieu de chaque cercle de pâte et réunir les bords en leur donnant une forme dentelée.

8 Placer les dim sum dans un panier en bambou ou à étuver et les cuire à la vapeur pendant env. 6 minutes dans une casserole plate.

9 Servir immédiatement avec la sauce au piment.

Accompagner d'une salade de chou avec flocons de piment et huile de sésame.