

PAR TOSCA MAESTRO

BAO AU TOFU CROUSTILLANT À L'ORANGE, SHIITAKE SAUTÉS ET MAYONNAISE ÉPICÉE

Ingredients (Pour 10 baos)

300 g de tofu ferme
25 g de maïzena
20 g d'huile colza
375 g de jus d'orange
2.5 g de zeste oranges
70 g de sucre
200 g de sauce soja
50 g de vinaigre de riz
50 g de gingembre frais râpé
10 g de gousses d'ail émincées
25 g de maïzena (diluée dans un peu d'eau)
300 g de champignons shiitake frais
30 g de sauce soja
20 g d'huile de colza
5 g de radis
100 g de vinaigre de vin rouge
100 g d'eau
2 g de sel
1 carotte
100 g d'huile de tournesol
50 g de lait de soja
5 g de moutarde
0.5 g de sel
2.5 g de sirop d'érable
5 g de sambal oelek (ou autre pâte de piment)
5 g de feuilles de coriandre
5 g de graines de sésame

Preparation:

Tofu croustillant

1. Préchauffer le four à 180°C.
2. Déchirer le tofu en morceaux irréguliers pour une texture croustillante.
3. Mélanger avec l'huile et la maïzena pour bien l'enrober.
4. Étaler sur une plaque recouverte de papier cuisson et enfourner 15 minutes, jusqu'à ce qu'il soit doré et croustillant.

Sauce à l'orange

5. Dans une casserole, mélanger le jus d'orange, le zeste, le sucre, la sauce soja, le vinaigre de riz, le gingembre et l'ail.
6. Porter à ébullition pendant quelques minutes, puis ajouter la maïzena diluée.
7. Remuer constamment jusqu'à épaississement.
8. Incorporer le tofu croustillant dans la sauce et bien mélanger pour l'enrober

Champignons shiitake sautés

9. Faire chauffer l'huile dans une poêle.
10. Ajouter les champignons et les faire revenir quelques minutes jusqu'à ce qu'ils soient légèrement dorés.
11. Déglacer avec la sauce soja et laisser caraméliser.

Carottes

12. À l'aide d'un économe ou d'une mandoline, découper les carottes en fines lamelles. Réserver jusqu'au montage.

Pickles de radis

13. Couper les radis en fines rondelles avec une mandoline.
14. Dans un petit bol, mélanger le vinaigre, l'eau et le sel.
15. Ajouter les tranches de radis et laisser mariner au frais pendant au moins 1 heure.

Mayonnaise épicée

16. Dans un récipient haut, mixer le lait de soja, la moutarde, le sel et le sirop d'érable.
- Verser l'huile en filet tout en mixant jusqu'à obtenir une mayonnaise onctueuse. Ajouter le sambal oelek et bien mélanger.

Montage des bao buns

17. Réchauffer les bao buns à la vapeur.
18. Tartiner l'intérieur de mayonnaise épicée.
19. Garnir avec le tofu en sauce, les shiitake sautés, quelques pickles de radis et les lamelles de carotte.
20. Parsemer de coriandre et de graines de sésame.