



Nikuman - Japanische Teigtaschen

Zutaten

- 15 g Shiitakepilze, getrocknet
- 250 g Mehl
- 150 g Speisestärke
- 1 large Trockenhefe
- 30 ml Milch
- 170 ml Wasser
- 30 g Zucker
- 25 g Butter
- 50 g Zwiebeln
- 60 g Frühlingszwiebeln
- 10 g Ingwer, frisch
- 2 EL THOMY Reines Sonnenblumenöl
- 200 g Hackfleisch, gemischt
- 1 Beutel MAGGI Food Travel Fix für Gebratene Nudeln
- 1 EL Soja Sauce

Zubereitung

1. Shiitakepilze in Wasser einweichen.
2. Mehl mit Speisestärke und Trockenhefe mischen. Milch, Wasser, Zucker und Butter zufügen und alles mit den Knethaken eines Handrührgeräts zu einem glatten Teig verarbeiten. An einem warmen Ort ca. 20 Min. gehen lassen.
3. Für die Füllung Zwiebeln schälen und in kleine Würfel schneiden. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden.
4. Ingwer schälen und fein hacken. Die Shiitakepilze ausdrücken und klein schneiden.
5. In einer Pfanne THOMY Reines Sonnenblumenöl heiß werden lassen. Hackfleisch zusammen mit Zwiebeln, Ingwer und den Pilzen anbraten. Zum Schluss die Frühlingszwiebeln und MAGGI Food Travel Fix für Gebratene Nudeln zugeben und unterrühren. Soja Sauce zugießen.
6. Den Hefeteig auf einer mit etwas Mehl bestäubten Arbeitsfläche noch einmal durchkneten und in 12 gleichgroße Portionen teilen. Diese rund ausrollen, die Füllung darauf verteilen und zu einer Kugel verschließen. Die Nikumans mit der Naht nach unten in einen Dampfeinsatz setzen und über kochendem Wasser ca. 12-15 Min. dämpfen. Servieren Sie dazu Maggi Internationale Würzsauce Magic Asia.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	31 g
Energie	212 kcal
Fett	7 g
Protein	6 g

🕒 55 Minuten

⊕ 12 Stück