



Dumplings végétarien

Ingrédients

Pâte :

- 260g de farine
- Une pincée de sel
- 160 ml d'eau

Farce :

- 200g de tofu
- ½ chou nappa (certains l'appelle chou chinois)
- 2 oignons verts (certains l'appelle cébette)
- 2 carottes râpées
- 1 cuillère à soupe d'huile de sésame
- 1 cuillère à soupe de sauce de soja
- 1 cuillère à café de poudre de gingembre
- 1 cuillère à café de chaque : piment, sel et ail en poudre

Sauce :

- 1 cuillère à soupe de sauce chili/piment,
- 1 cuillère à soupe de sauce soja
- 1 cuillère à soupe de graines de sésame
- 2 cuillères à soupe de : sirop d'érable (si vous n'en avez pas vous pourrez le remplacer par : du sirop d'agave, du miel ou du sucre de coco...)
- 2 cuillères à soupe de vinaigre de riz
- 2 cuillères à soupe d'huile de sésame



Préparation

Pâte :

- Mélanger les ingrédients et laisser reposer 20 minutes et ensuite découpez-les en forme de petite enveloppe de cette manière



Farce:

- Râper les carottes
- Couper le chou en lamelles puis saupoudrer le de sel et essorer le dans un tissu ou dans un torchon après quelques minutes
- Ajouter le tofu
- Et ajouter les épices et les sauces à la préparation
- Mélanger le tout et remplir les petites enveloppes, former les selon vos envies ou comme sur cette image
- Faîte les frire dans un peu d'huile pendant 2 à 3 minutes
- Rajouter 60 ml d'eau et laisser les cuire à la vapeur pendant 5 min



Sauce :

- Mélanger tout les ingrédients de la sauce et mettez la sauce par-dessus vos dumplings, vous pouvez également les tremper dedans



BON APPETIT !