

## **Gua Bao au porc laqué, carottes, choux, concombre, cacahuètes, citronnelle. Sauce lait de coco-basilic thaï et frites de patates douces !**

*Recette pour 3/4 personnes, environ 6 Gua Bao.  
Difficulté moyenne. Préparation : longue.*



La recette va se dérouler en plusieurs parties : je vais t'expliquer comment faire chaque étape puis donner à la fin le déroulement de la recette.

### **• LE PORC LAQUÉ CROUSTILLANT :**

- 1 kg de poitrine de porc (on enlève beaucoup de gras à la fin) (sans os si possible, sinon on les enlève en coupant au dessus au préalable et on les garde au congélateur pour se faire un bouillon un autre soir, et tu peux prendre un plus gros morceau pour faire d'autres plats avec la viande... vu que c'est long à préparer autant en faire plein !)
- 1l d'eau bouillante
- 2 cs de sauce soja
- 1 cs de mélange 5 épices
- 1 cs de miel
- 8 gouttes d'huile de sésame
- 1 cc de vinaigre blanc
- 1 cc de sel
- du poivre (de sichuan si tu as c'est mieux)

1) On met la poitrine de porc dans un petit plat et on verse dessus **1 litre d'eau bouillante côté peau**.

2) On laisse la viande tremper 1 à 2 minutes, puis on égoutte et on sèche bien.

3) On quadrille la peau avec un couteau bien tranchant, on entaille la chair (en formant des traits parallèles) puis on pique avec une fourchette.

4) **On prépare la marinade** : on mélange la sauce soja, les épices, le miel, l'huile, le sel et le poivre. On étale cette préparation côté chair.

5) On met la poitrine dans un plat, côté peau en haut. On arrose la peau d'1 cc de vinaigre blanc, puis on laisse reposer au frigo (sans couvrir le plat) pendant minimum 2 heures (plus on laisse mieux c'est, si on peut le faire la veille c'est encore mieux)

6) 1h avant la cuisson on sort le plat. On préchauffe le four à 200°C.

7) On met **un peu d'eau dans un plat à gratin** sur une plaque, et par dessus, sur une autre grille, on pose la viande (côté peau en haut), on laisse cuire 20 minutes.

8) On met le four en position grill, on badigeonne la peau d'1cs de vinaigre blanc, et on laisse cuire jusqu'à ce que la peau craque sous l'ongle. Si la peau crame un peu c'est normal, on gratte une fois la viande bien cuite. La peau va commencer à crépiter, il faut tout le temps surveiller que ça ne brûle pas trop, pour cela : on ouvre le

four 10 secondes de temps en temps. Quand on touche la peau avec l'ongle elle doit être craquante à tous les endroits.

9) Lorsque la peau est cuite, on enlève les parties grillées et on coupe la viande en tranches d'environ 1 cm de large (on peut garder la peau croustillante ou pas selon les goûts et enlever le gras)

### • LA PÂTE DES GUA BAO :

- Un sachet de farine spéciale banh bao (400g) (ça s'achète dans les épiceries asiatiques, à Paris Store, etc...)
- 1 paquet de levure (fourni dans le sachet de farine spéciale) Tu peux aussi rajouter un peu de levure de boulanger pour que ça gonfle mieux !
- 80 g de sucre
- 200g de lait entier (à ajuster au pétrissage)
- 1 cuillère et demi d'huile de sésame

On mélange la farine, la levure, le sucre. On fait un puits au milieu, on verse petit à petit le lait tout en remuant (on en rajoute si besoin). On pétrit la pâte en rajoutant l'huile de sésame, **pendant 15 minutes (si t'as un kitchenaid c'est le top...)**, une fois une belle boule obtenue tu laisses reposer au chaud (pas dans le frigo quoi) 1 heure.

*Moi je n'ai pas assez pétri du coup mes bao n'ont pas gonflé... très légèrement quoi... si tu as un robot c'est vraiment, vraiment le TOP !*

### • POUR FORMER LES GUA BAO ET LES FAIRE CUIRE :

On prend un morceau de la pâte qu'on étale en ovale (d'environ 1/2 cm d'épaisseur) et qu'on **plie en deux avec au milieu, du papier sulfurisé** (pour ne pas que ça colle), on laisse reposer 20 min.

On les fera ensuite cuire dans un panier à vapeur (en gardant bien le papier sulfurisé au milieu), ou à la vapeur au dessus d'un rice cooker, en mettant quelques gouttes de vinaigre blanc dans l'eau pour blanchir la pâte, pendant à peu près 10 min.

### • LA GARNITURE :

- 1 carotte
- du chou chinois (1/3)
- 1 bâton de citronnelle fraîche
- 7 cs d'eau chaude dans lesquelles on délaye 1 petite cs de sucre.
- 1/2 cs de vinaigre de riz
- 1 cc de soja
- 1 cc de nuoc mam
- 1/2 concombre
- des cébettes
- cacahuètes passées au mixeur
- sel et poivre

On coupe la carotte en faisant des lamelles avec son économiseur, on coupe le chou très fin, on coupe la citronnelle en tout petits morceaux et on met tous ça dans un saladier.

On rajoute l'eau sucrée, le soja, le nuoc mam, le vinaigre de riz, sel-poivre, on mélange bien et on laisse mariner au frigo au moins 1 heure.

On coupe le concombre en fines lamelles qu'on met de côté.

On met de côté les cacahuètes.

On met de côté les cébettes coupées fines.

#### • LA SAUCE :

- 1/2 brique de lait de coco

- du basilic thaï

- 1/2 brique de crème fraîche

Qu'on fera chauffer au dernier moment.

#### • LES FRITES DE PATATES DOUCES :

On coupe les patates douces en lamelles, on met tout dans un saladier, on met du paprika, de l'huile d'olive, de la cannelle et du sel.

On fait préchauffer le four à 210°C, on étale les frites sur une plaque recouverte de papier sulfurisé, on fait cuire 15 min puis 10 min de l'autre côté !

#### • LE DÉROULEMENT :

Vu qu'il y a plein d'étapes, c'est plus facile pour s'y retrouver !

1) On prépare sa viande TÔT (plus elle repose mieux c'est)

2) Pendant que ça repose au frigo : On prépare la garniture qu'on peut réserver et mettre au frigo.

3) Fin de journée on fait cuire la viande.

4) On prépare la pâte des bao qu'on laisse reposer 1h

5) On sort la garniture du frigo

6) On fait cuire les frites de patates douces.

7) On prépare les ovales avec la pâte pendant que les patates douces cuisent.

8) Pendant qu'on fait cuire on fait réchauffer au four les frites et la viande. On fait chauffer la sauce à feu doux.

9) Une fois cuit et bien chaud on garnit les brioches avec la viande, la marinade de carotte-choux-citronnelle, on ajoute des lamelles de concombres, de la coriandre, des cébettes, on met la poudre de cacahuètes.

10) On sert en mettant les frites à côté et la sauce dans un petit récipient !

11) On se régale ! (Pedro : c'est putain de bon... non mais vraiment !)