



## Βao buns, κινέζικα ψωμάκια



### Υλικά για τη μαγιά:

- 80ml χλιαρό νερό
- 120ml χλιαρό βιολογικό γάλα καρύδας
- 20γρ λιωμένο Βιολογικό άσπρο λάδι καρύδας
- 9γρ ξηρή μαγιά
- 2 κουτ. σούπας ακατέργαστη ζάχαρη



### Υλικά για τη ζύμη:

- 350γρ λευκό αλεύρι ντίνκελ
- 1/2 κ.γ. baking powder
- 1/2 κ.γ. 350γρ θαλασσινό αλάτι

### Εκτέλεση:

1. Βάζετε τα υλικά για τη μαγιά σε ένα μπολ, ανακατεύετε και αφήνετε για 15 λεπτά στους 50 βαθμούς να φουσκώσει η μαγιά.
2. Σε ένα άλλο μπολ βάζετε τα στεγνά υλικά, και ζυμώνετε, αν έχετε μίξερ με γάντζο μπορείτε να χρησιμοποιήσετε και αυτό. Η ζύμη θα πρέπει να είναι ελαστική και μαλακή αλλά να μην κολλάει στα χέρια, αν κολλάει προσθέστε λίγο λίγο αλεύρι ακόμα και ζυμώστε.
3. Τοποθετήστε τη ζύμη σε ένα μπολ και αφήστε τη να φουσκώσει για 90' στους 50 βαθμούς.
4. Στη συνέχεια ανοίγετε τη ζύμη σε φύλλο περίπου 4-5 χιλιοστών σε ύψος. Χρησιμοποιείτε ένα ποτήρι με φαρδύ στόμιο ή άλλο κουπάτ για να κόψετε στο μέγεθος που θέλετε στρόγγυλα κομμάτια. Αλείφετε με λίγο επιπλέον λάδι καρύδας την επιφάνειά τους και τα διπλώνετε στη μέση. Με τον πλάστη τα πατάτε ελαφρά.
5. Ετοιμάζετε τον ατμομάγειρα και στρώνετε ένα αντικολλητικό χαρτί για να τα τοποθετήσετε πάνω. Τα μαγειρεύετε για 20-25', στον δικό μου βγήκαν τέλεια στα 25'.
6. Γεμίστε τα με τα αγαπημένα σας υλικά και απολαύστε!!!

