

# Dim-Sum-Teig



Der feine Unterschied.

👉 Einfach



## Zutaten

für 20 Stück

**500 g** Weizenmehl (z.B. Typ 550)

**1 TL** Salz

**400 ml** warmes Wasser

## Nährwerte

1 Portion enthält ca.:

**86** kcal

**3 g** Eiweiss

**17 g** Kohlenhydrate

**0 g** Fett

 enthält Gluten

 Laktosefrei

## Zubereitung

- 1** Aus Mehl, Salz und Wasser einen geschmeidigen Teig kneten.
- 2** Den Teig zu einer Rolle von ca. 4 cm Durchmesser formen und in dünne Scheiben schneiden.
- 3** Jede Teigscheibe zu einem dünnen, kleinen Fladen von ca. 6 cm Durchmesser formen. Der Rand sollte etwas dünner sein als die Mitte.
- 4** Je 1 EL Füllung in die Mitte der Teigscheiben geben und die Teigränder gezackt zusammenfalten.
- 5** Die Teigtaschen während ca. 6 Minuten im Bambuskorbchen oder mit einem Dämpfeinsatz in einer flachen Pfanne dampfgaren.