Dim-Sum-Teig

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 du?nne Scheiben schneiden.
3. Jede Teigscheibe zu einem du?nnen, kleinen Fladen von ca. 6 cm Durchmesser formen. Der Rand sollte etwas du?nner sein als die Mitte.
4. Je 1 EL Fu?llung in die Mitte der Teigscheiben geben und die Teigränder gezackt zusammenfalten.
5. Die Teigtaschen während ca. 6 Minuten im Bambuskörbchen oder mit einem Dämpfeinsatz in einer flachen Pfanne dampfgaren.