

PULLED BURGER BAO BUN THE GREEN MOUNTAIN

VÉGAN ASIATIQUE SNACKS SUCCÉDANÉS DE VIANDE VÉGÉTARIEN

10 portions

Hôtellerie, restauration & traiteur

INGRÉDIENTS

- THE GREEN MOUNTAIN Plant Based émincé, IQF, 700 g
- BRESC Glaçage prune et gingembre 80 g
- Huile de colza, 50 ml
- Bao Buns /Gua Bao /Gwa Pao, 10 pièces
- Huile de sésame grillée, 40 g
- BRESC ail espagnol fraîchement haché, 10 g
- BRESC purée de citronnelle, 5 g
- BRESC purée de gingembre, 15 g
- BRESC wok piment vert et rouge
- Mélange de légumes pour wok frais, 600 g
- Marinade teriyaki, 50 g
- Mayonnaise végane, 200 g
- Yaourt au soja (végétalien), 50 g
- BRESC Curry Madras, 30 g
- Nouilles de riz frites, 10 portions

PRÉPARATION

1. Préparer les bao buns. Fabriquer des nouilles de riz frites. Mélanger de la mayonnaise végane, du yaourt au soja et de la pâte de curry pour obtenir une sauce.
2. Dans une poêle à wok ou similaire, faire chauffer l'huile de sésame grillée et y faire revenir l'ail, la citronnelle, le gingembre et les piments.
3. Ajouter des légumes chinois et faire sauter à feu vif.
4. Ajouter la marinade teriyaki, bien mélanger et laisser réduire.
5. Dans une poêle antiadhésive avec de l'huile de colza, faire dorer les morceaux de viande à feu vif. Baisser la chaleur, ajouter la sauce aux morceaux, mélanger et laisser cuire encore un court instant.
6. Entre-temps, faire cuire à la vapeur les petits pains frais.
7. Ajouter l'émincé aux légumes.
8. Ouvrir les petits pains et les garnir de légumes et de viande émincée. Napper de sauce. Décorer avec les nouilles de riz frites.

TIPP! Pour plus de "pulled", on peut bien sûr encore effilocher un peu l'émincé.