

Gyōza



Ingrédients (pour 24 gyōza)



Pour la pâte :

- 140 grammes de farine type 45
- 70 à 75 millilitres d'eau
- fécule de pomme de terre
- huile végétale pour la cuisson

Pour la farce :

- 100 grammes de viande de porc hachée
- 50 grammes de chou chinois
- 50 grammes de [choudou](#)
- 50 grammes de poireau
- 1 cuillère à soupe de sake
- 1 cuillère à soupe de mirin
- 1 cuillère à soupe d'huile de sésame
- 1 cuillère à café de sauce soja
- 1 cuillère à café de jus de gingembre
- 1 cube de bouillon de poulet

Pour la sauce :

- 1 cuillère à soupe de sauce soja
- 1 cuillère à soupe de vinaigre de riz

Préparation

- mettre la farine dans un saladier et y verser l'eau (commencez avec 70 millilitres)
- pétrir environ 10 minutes jusqu'à ce que la pâte devienne homogène. Vous pouvez ajouter un peu d'eau s'il n'y en a pas assez mais faites attention, la pâte ne doit pas devenir collante
- former une boule, couvrir avec un film alimentaire et laisser reposer au moins 10 minutes
- hacher finement tous les légumes
- dans un autre saladier, mettre tous les ingrédients pour la farce et bien mélanger à la main jusqu'à ce qu'elle devienne collante. Vous pouvez mélanger franco, en faisant le tour du saladier avec la main très rapidement
- fariner le plan de travail avec la féculé
- former un rouleau de pâte de 3 à 4 centimètres de diamètre
- couper le rouleau en 3, puis chaque morceau en 2, encore en 2 et encore en 2
- former des billes de pâte avec chaque morceau de pâte
- pour faire une rondelle de pâte, presser une bille de pâte entre vos paumes, puis la mettre sur le plan de travail fariné avec la féculé et l'aplatir avec un rouleau à pâtisserie :
 - partir du centre de la rondelle
 - aplatir vers vous
 - tourner la rondelle d'un quart de tour
 - recommencer jusqu'à avoir un disque de pâte de ± 8 centimètres de diamètre
 - fariner légèrement le disque avec de la féculé pour pouvoir entreposer les disques les uns sur les autres sans qu'ils ne se collent entre eux
- disposer une cuillère à café de farce au centre du disque de pâte
- humidifier tout le bord du disque
- former le gyōza en fermant bien fermement (si vous souhaitez faire des plis au gyōza, les plis ne se font traditionnellement que d'un côté du disque)
- dans une poêle, faire chauffer de l'huile (n'hésitez pas à en mettre une bonne dose, qu'il y en ait 1 ou 2 millimètres dans la poêle)
- disposer les gyōza dans la poêle (pas besoin d'attendre que la poêle soit chaude)
- laisser griller 1 à 2 minutes puis ajouter un demi-verre d'eau et couvrir
- mélanger les ingrédients pour la sauce
- quand l'eau est complètement évaporée, sortir les gyōza et les disposer sur un plat, face grillée au-dessus
- servir avec la sauce à côté

Révision #2

Créé 2020-03-08 08:59:30 CET par Luc

Mis à jour 2020-03-08 09:54:30 CET par Luc