# Bapao Tijdsduur: 100 min.

**** **Inleiding:**

Bapao is een gestoomd broodje met vulling. Het lijkt heel moeilijk om zelf bapao te maken maar het valt reuze mee als je de instructies volgt. En heb je het zelf maken van bapao eenmaal onder de knie, dan kun je gaan variëren met de inhoud.

**Werkwijze:**

**Ingrediënten:**

|  |  |
| --- | --- |
| *Giststarter:** 2.8 gram gist
* 80 ml water
* ½ theelepel suiker

*En verder voor het deeg:** 200 gram tarwe bloem
* Mespuntje zout
* 1 ei
 | *Vulling:** ½ ui
* 90 g winterpeen
* 2 teentjes knoflook
* 35 gram ongezouten pinda’s
* Scheutje olijfolie*smaakmakers*
* 2 eetlepels ketjap manis (= sojasaus)
* Mespuntje peper
* 6 g sambal
* Mespuntje gember
* 2 theelepels sweet chilisaus
 |

**Materialen:**

* Grote en middel grote pan
* steelpan
* stoommandje
* Snijplank
* Groot mes
* Beslagkom
* Keukenmachine: kleinste kom met sikkelmesje / grote kom met rasp
* Bord
* 1 vel balpapier
* Tape
* Strooi potje met bloem

 **Uitvoering:**

##### Was je handen, maak je werkplek schoon. Zet ook een bestek- en afvalbord klaar.

giststarter

1. 🞎 Doe het water in een glazen kopje. Doe de gist en de suiker erbij.
2. 🞎 Roer het mengsel even door en zet het in een steelpan met heet water
 (au bain-marie).
 De gisten kunnen zich nu vermenigvuldigen. Dit is te zien aan de schuimkraag
 die gevormd wordt.

Maak een rijskast van de oven.
3. 🞎 Zet een bakplaat in de oven. Zet de oven aan op de laagste stand (30 o C).
4. 🞎 Zet een middel grote pan met kokend water op de bodem van de oven, zodat
 het in de oven goed vochtig wordt.

Kneden van het deeg

1. 🞎 Doe de bloem, ei en het zout in een beslagkom.
2. 🞎 Doe nu het gistmengsel erbij.
3. 🞎 Meng alles en kneed daarna verder op de aanrecht.
4. 🞎 Kneed 15 minuten met de muis van je hand, tot je een zacht en elastisch deeg
hebt.
5. 🞎 Controleer of je deeg goed is door een vliesje te trekken.
6. 🞎 Leg het deeg in kom. Zet deze op een rooster in de rijskast en
 laat het 10 minuten rijzen.

Vulling maken

1. 🞎 Maal de pinda’s **grof** in de keukenmachine op de pulse stand.
2. 🞎 Maak de ui, knoflook en wortel schoon en snipper ze in kleine stukjes.
 Je kunt de wortel ook raspen met de keukenmachine.
3. 🞎 Laat de olie warm worden in een koekenpan en bak de uitjes glazig (dit noemen we **fruiten**).
4. 🞎 Bak ook de wortel en knoflook even **kort** mee. Zet nu het vuur uit.
5. 🞎 Voeg nu de smaakmakers en de gemalen pinda’s toe en meng goed.
6. 🞎 Spreid de vulling uit over een bord zodat het snel koud wordt, dek af, codeer en zet in de koelkast.

# 🞎 Laat je werk beoordelen door de docent

Bapao vormen: *bekijk eerst de uitleg met foto’s!*

1. 🞎 Verdeel de vulling in 6 gelijke porties.
2. 🞎 Haal het deeg uit de rijstkast en kneed het nog even kort door.
3. 🞎 Verdeel het deeg in 6 stukken en vorm er rondjes van die ruim in je handpalm passen.
4. 🞎 Leg 1 deeglapje in je handpalm en vorm een bakje.
5. 🞎 Schep 1 portie vulling in het deegbakje.
6. 🞎 Wrijf het deeg nu om de vulling heen totdat je het dicht kan knijpen.
7. 🞎 Maak de bapao mooi rond.
8. 🞎 Controleer of de gehele bapao goed dicht is anders lekt straks de vulling eruit!
9. 🞎 Vouw het bakpapier in zes stukken en knip dit daarna los.
10. 🞎 Leg de bapao ze op een stukje bakpapier.
11. 🞎 Leg de bapao op een bakplaat in de rijskast en laat nog 30 minuten rijzen.

# 🞎 Laat je werk beoordelen door de docent

Bapao stomen

1. 🞎 Vul een grote pan met een laagje water. Controleer of het niveau onder de
 bodem van het stoommandje blijft. Breng het water aan de kook.

Let op: het water mag het mandje niet raken!

1. 🞎 Leg de bapao in het stoommandje.
2. 🞎 Zet de deksel op de pan.
3. 🞎 Stoom de broodjes in 20 minuten gaar.

Bij gebruik steamer: hete lucht, 100°C, 9 tot 11 minuten

*Was en droog je materialen na afloop en berg ze netjes op. Maak ook je werkplek weer schoon.*

**Vragen en opdrachten**

1. Voer een organoleptische keuring uit van de bapao.
2. Vul zelf nog een beoordelingsaspect in bij eerste kolom.
3. Keur de bapao objectief en vul dit in de tweede kolom in.
4. Beoordeel de bapao met hele cijfers van 1-10 waarbij 10 heel goed is en 1 heel slecht. Vul deze cijfers in de derde kolom in.
5. Bereken het gemiddelde cijfer en rond af op 1 decimaal.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Beoordelingsaspect** | **Objectieve keuring** | **Cijfer** |
| Smaak |  |  |
| Geur |  |  |
| Gaarheid broodje |  |  |
|  |  |  |
| Gemiddeld cijfer |  |  |

Wat zou je kunnen veranderen om de bapao te verbeteren? Gebruik in je antwoord 1 vast beoordelingsaspect en 1 zelf bedacht beoordelingsaspect
uit de tabel.

………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………….

1. Hoe moet de bapao duurzaam worden verpakt als hij binnen 1 uur wordt gegeten?

………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………….
2. Beoordeel jezelf op: Vakdeskundigheid toepassen;

Gebruik van materialen en middelen;

Kwaliteit leveren.

Je krijgt een punt als je deze acties zonder aansporing van de docent hebt gedaan.

|  |  |
| --- | --- |
| Ik heb volgens de instructies gewerkt en geen hulp nodig gehad. |  |
| Ik heb hygiënisch gewerkt: handen wassen |  |
| Afvalbakje en bestekbord gebruikt, aanrecht ordelijk gehouden. |  |
| Ik kon zelf aangeven wanneer het deeg elastisch genoeg was.  |  |
| Ik kon de keukenmachine zelfstandig gebruiken. |  |
| Ik heb de rijskast op de juiste manier gemaakt. |  |
| De ui is op professionele manier gesneden. |  |
| De ui is zachtjes glazig gebakken, zonder bruinkleuring en aanbranden. |  |
| Ik heb bapao op de juiste manier gestoomd. |  |
| Ik heb op de juiste manier afgewassen en opgeruimd. |  |
| Totaal aantal punten |  |

# 🞎 Laat je werk beoordelen door de docent