

Pan bao de pollo de frito, verduras y queso manchego semicurado DOP Las Terceras



INGREDIENTES PAN BAO:

- 300 grs de harina de trigo.
- 7 grs de levadura de panadería.
- 180 ml de agua.
- 35 ml de aceite de oliva virgen extra.
- Una pizca de sal

INGREDIENTES RELLENO:

- 2 pechugas de pollo.
- 1 cebolla.
- 1 pimiento rojo.
- 1 pimiento verde.
- 5 Jalapeños.
- Queso manchego semicurado DOP Las Terceras.

- Especias: pimienta negra, comino, pimentón dulce y pimentón picante.
- Aceite de oliva virgen extra.

PREPARACIÓN PAN BAO:

En un bol mezclamos todos los ingredientes a excepción de 20 ml de agua, una vez tengamos la masa hecha dejamos reposar 10 minutos y añadimos el agua que hemos reservado y la pizca de sal, volvemos a trabajar hasta lograr la consistencia deseada y dejamos reposar durante 2 horas. Una vez la masa haya doblado su tamaño formamos los panecillos y los dejamos reposar durante unos 15 minutos. Estiramos el panecillo con ayuda de un rodillo y colocamos un trocito de papel de horno que utilizamos para doblar la masa y que no se vuelva a pegar, dando la forma al pan bao. Cocemos la masa al vapor durante unos 15 minutos.

PREPARACIÓN RELLENO:

En una sartén calentamos un poco de aceite de oliva virgen extra y rehogamos la cebolla y los pimientos cortados en juliana. Retiramos cuando las verduras estén al dente. Añadimos los dientes de ajo picados. Una vez dorados agregamos la pechuga de pollo cortada en tiras, salpimentamos y añadimos el comino, el pimentón dulce y el pimentón picante. Cuando el pollo esté dorado agregamos las verduras que teníamos reservadas y salteamos el conjunto. Retiramos del fuego y añadimos los jalapeños.

Una vez el relleno preparado, rellenamos los pan bao y añadimos una buena cantidad de queso manchego semicurado DOP Las Terceras