

[συνταγές / μοσχάρι](#)

## Κινέζικα Ντάμπλινγκς με Μοσχάρι



- 20 λεπτά προετοιμασία & 20-30 λεπτά μαγείρεμα

### Χρόνος Εκτέλεσης

- μέτρια συνταγή

## Βαθμός Δυσκολίας

- 30 ντάμπλινγκς

## Μερίδα/ες

Τα ντάμπλινγκς (dumplings) είναι μικρές μπάλες ζύμης που έχουν ως βάση το αλεύρι ή την πατάτα και συνήθως περιλαμβάνουν στο εσωτερικό τους κρέας, θαλασσινά ή λαχανικά. Μπορεί να είναι τηγανητά, βραστά ή στον ατμό. Στην Κίνα, σύμφωνα με έναν κοινό μύθο, τα ντάμπλινγκ (ή jiaozi) φτιάχτηκαν για πρώτη φορά την εποχή των Τριών Βασιλείων, το 225 μ.Χ. περίπου. Η γέμισή τους εξαρτάται από την περιοχή και τις προσωπικές προτιμήσεις, ενώ αποτελούν παραδοσιακό έδεσμα της Πρωτοχρονιάς. Τα κύρια είδη κινέζικων ντάμπλινγκς είναι τα guotie (που πρώτα βράζουν στον ατμό και μετά σωτάρονται σε λίγο λάδι), τα jiaozi (όταν μόνο βράζουν στον ατμό), τα wonton (που χρησιμοποιούνται κυρίως σε σούπες) και τα zongzi (που φτιάχνονται με ρύζι).

## Συστατικά

### Αρωματική

- 30 φύλλα για ντάμπλινγκ ή wonton στρογγυλά (αν δεν μπορείτε να βρείτε στρογγυλού σχήματος, πάρτε τετράγωνα και με ένα μεγάλο στρογγυλό κουπ-ατ κόψτε τα φύλλα σε κυκλικό σχήμα (διαμέτρου περίπου 8-10 εκατοστών)
- 300 γρ. άπαχος μοσχαρίσιος κιμάς
- 3 φρέσκα κρεμμυδάκια, πολύ ψιλοκομμένα
- 1 καρότο, τριμμένο στο χοντρό τρίφτη
- 1 κ.γλ. μείγμα Carino σιφάδο Ήλιος
- 1 κ.γλ. σησαμέλαιο
- Ηλιέλαιο για το τηγάνισμα
- Σησαμέλαιο
- 150 ml νερό

## Εκτέλεση

1. Σε ένα μεγάλο μπωλ, ανακατεύουμε το μοσχαρίσιο κιμά, το καρότο, τα ψιλοκομμένα φρέσκα κρεμμυδάκια, το μείγμα Carino και το σησαμέλαιο και ανακατέψτε πάρα πολύ καλά.
2. Στον πάγκο της κουζίνας σας, πάνω σε λαδόκολλα, τοποθετούμε τα φύλλα για ντάμπλινγκ το ένα δίπλα στο άλλο αφήνοντας λίγο χώρο μεταξύ τους. Βάζουμε λίγο νερό σε ένα μπωλ. Με το δάχτυλό μας βρέχουμε ελαφρά τις άκρες του κάθε φύλλο. Κατόπιν, στο κέντρο του κάθε φύλλο τοποθετούμε περίπου ένα γεμάτο κουταλάκι του γλυκού γέμιση. Κλείνουμε το κάθε φύλλο σε σχήμα μισοφέγγαρου και πιέζουμε τις άκρες καλά για να μην μπορεί να φύγει η γέμιση (αυτό μπορείτε να το κάνετε με ένα πιρούνι πιέζοντας τις άκρες). Συνεχίζουμε την ίδια διαδικασία μέχρι να τελειώσουμε όλα τα ντάμπλινγκς.
3. Ζεσταίνουμε λίγο ηλιέλαιο σε ένα μεγάλο τηγάνι (περίπου 2 κ.γλ.) σε μέτρια φωτιά. Βάζουμε στο τηγάνι όσο περισσότερα ντάμπλινγκς χωράνε, με την επίπεδη πλευρά προς τα κάτω. Τηγανίζουμε για περίπου 3 λεπτά μέχρι να πάρουν χρώμα. Προσθέτουμε περίπου 40 ml νερό (3 κ.σ.), κλείνουμε με καπάκι το τηγάνι και αφήνουμε για περίπου 5 λεπτά μέχρι να εξατμιστεί όλο το νερό. Όταν εξατμιστεί το νερό, ελαττώνουμε τη θερμοκρασία σε μέτρια φωτιά, αφαιρούμε το καπάκι και προσθέτουμε 1/2 κ.γλ. σησαμέλαιο. Συνεχίζουμε το τηγάνισμα μέχρι η επίπεδη πλευρά των ντάμπλινγκς να πάρουν ένα πολύ ωραίο χρυσαφί χρώμα. Μόλις είναι έτοιμα, τα βγάζουμε προσεκτικά με σπάτουλα, τα τοποθετούμε σε πιάτο και συνεχίζουμε την ίδια διαδικασία μέχρι να τελειώσουμε με όλα τα ντάμπλινγκς. Σερβίρουμε τα ντάμπλινγκς και συνοδεύουμε με σόγια σως.

## Σχετικά προϊόντα

[Carino Στιφάδο](#)



Ιδανικό μείγμα για να δημιουργήσετε υπέροχες συνταγές με κρεατικά και κυνήγι στην κατσαρόλα ή στη γάστρα.

[...περισσότερα](#)