



Вареники на пару



Ну просто пышечки! Мягкие, воздушные вареники, которые вкусные даже на 2-й день.

Тесто для вареников замешиваю на кефире. Варю вареники на пару.

Из данного количества ингредиентов выходит в среднем 25 вареников (у меня размером 8 — 9 см).



Это тесто универсальное как для соленой начинки, так и для сладкой.

Ингредиенты:

Тесто

Кефир	250 мл.
Сода	1 ч. л.
Соль	1 ч. л.
Мука	400 гр.

Инструкция приготовления:



Кефир выливаем в миску. Также высыпаем соль, соду. Перемешиваем. Кефир можно использовать как холодный, так и комнатной температуры.



Просеиваем и всыпаем понемножку муку. Замешиваем до густого состояния и высыпаем дальше замешивать на поверхность. Замешиваем, пока тесто не перестанет липнуть к рукам (муку нужно подсыпать по чуть-чуть).



Далее раскатываем тесто толщиной 6 - 7 мм и вырезаем стаканом или чашкой кружочки любого диаметра (чем больше диаметр - тем больше начинки и больше вареник). У меня приблизительно 7 см.



Немного прижимаем пальцами.



Кладем начинку (у меня тушеная капуста).



Складываем тесто пополам и защипываем края (начинка не должна выглядывать иначе при варке вареник расклеится).



Так поступаем со всем тестом. Припыляем доску мукой и выкладываем на нее полуфабрикаты вареников. Начинки можно использовать как соленые, так и сладкие.



Пока долепливаем вареники, на плите уже должна закипать вода на паровую баню. Я наливаю в кастрюлю 1/3 воды, обтягиваю верх марлей (можно затянуть по ободку резинкой) и накрываю высокой крышкой.



Как только вода закипела - выкладываем на марлю вареники (расстояние 2 см друг от дружки, чтоб не слиплись). Накрываю крышкой (крышка не должна соприкасаться с варениками). Варю на среднем огне 4 мин.



Чтобы сваренные вареники не слипались, нужно их взбрызнуть слегка растительным или сливочным маслом. Приятного аппетита и на здоровье!