KIKKOMAN

Dumplings vegetarianos con boniato

Tiempo total **37 Mins.** **30 Mins.** Tiempo de preparación **7 Mins.** Tiempo de cocción

Información nutricional (por porción)
4.418 kJ / 1.056 Kcal

Grasas: **48 g** Proteínas: **26 g**
Carbohidratos: **131 g**

INGREDIENTES

2 porciones

Para los dumplings:

200 g	de harina de trigo
0,33 cucharadita	de sal
1	yema de huevo
15 g	de mantequilla derretida
100 ml	de agua caliente

Para el relleno:

180 g	de cebolla roja
3 cucharadas	de aceite de colza
2 cucharaditas	de miel
3 cucharadas	Kikkoman Salsa De Soja con menos sal naturalmente fermentada
350 g	de boniatos cocidos y triturados
100 g	de queso feta desmenuzado
1	diente de ajo machacado
0,5 cucharadita	de pimienta negra recién molida
0,5 cucharadita	de mejorana seca
0,5 cucharadita	de tomillo seco

Adicionales:

20 g	de nueces

PREPARACIÓN

Pasos 1

200 g de harina de trigo - **0,33 cucharadita** de sal - **1** yema de huevo - **15 g** de mantequilla derretida - **100 ml** de agua caliente
Coloque la harina en un cuenco y añada la sal, la yema de huevo, la mantequilla derretida y el agua caliente. Mezcle con un tenedor y luego, amase hasta obtener una masa suave y elástica. Cubra el cuenco con un paño y deje reposar la masa mientras prepara el relleno.

Pasos 2

180 g de cebolla roja - **3 cucharadas** de aceite de colza - **2 cucharaditas** de miel - **3 cucharadas** Kikkoman Salsa De Soja con menos sal naturalmente fermentada - **350 g** de boniatos cocidos y triturados - **100 g** de queso feta desmenuzado - **1** diente de ajo machacado - **0,5 cucharadita** de pimienta negra recién molida - **0,5 cucharadita** de mejorana seca - **0,5 cucharadita** de tomillo seco
Corte la cebolla en dados y saltéela en el aceite caliente hasta que quede transparente. Añada la miel y 1½ cucharada de Salsa de Soja con menos sal Naturalmente Fermentada Kikkoman, y cocine hasta que la cebolla se caramelice. Incorpore la mitad de la preparación al boniato y añada después el feta, el ajo, la pimienta, la mejorana, el tomillo y las 1½ cucharadas restantes de Salsa de Soja con menos sal Naturalmente Fermentada Kikkoman. Mezcle bien.

Pasos 3

1 cucharadita de sal
Extienda la masa y recorte círculos utilizando un

vaso. Coloque una cucharada de relleno en el centro, doble la masa formando una media luna y presione los bordes para sellarla. Cueza los dumplings en agua con sal durante 4 minutos hasta que suban a la superficie.

Pasos 4

20 g de nueces

Tueste las nueces en una sartén sin aceite, déjelas enfriar y píquelas. Sirva los dumplings cocidos cubiertos con la mezcla de cebolla reservada del paso 2 y espolvoréelos con las nueces.