KIKKOMAN®

Sushi gunkan maki vegetariano con aguacate y manzana

Tiempo total **15 Mins.** **15 Mins.** Tiempo de preparación

Información nutricional (por porción)
443 kJ / 107 Kcal

Grasas: **7,2 g** Proteínas: **1,8 g**
Carbohidratos: **7,9 g**

INGREDIENTES

4 porciones

2 cucharadas	de dados de manzana*
2 cucharadas	de dados de aguacate
1 cucharada	de mayonesa
1	hoja de nori
80 g	de arroz para sushi cocido*
Para servir:	
	tiras de manzana y aguacate
	Kikkoman Salsa de Soja naturalmente fermentada
	*también se puede usar caqui, pomelo, naranja o cualquier otra fruta fresca en lugar de manzana.

PREPARACIÓN

Pasos 1

Mezclar los dados de manzana y aguacate con mayonesa en un cuenco.

Pasos 2

Cortar la hoja de nori: cortar una tira de 3 cm en un lado transversal a las líneas y reservar.

Pasos 3

Cortar 4 tiras de nori por las líneas indicadas y reservar (4 hojas de aprox. 3 cm x 15 cm).

Pasos 4

Formar 4 bolas de arroz para sushi de 20 g con los dedos mojados.

Pasos 5

Colocar una tira de nori alrededor de cada bola, «pegarla» con unos granos de arroz glutinoso y presionar bien.

Pasos 6

Colocar una porción de la mezcla preparada de manzana y aguacate en cada bola de arroz.

Pasos 7

Adornar el gunkan con tiras finas de manzana y aguacate y servir con salsa de soja Kikkoman.