

Sushi tempura vegano

Tiempo total **55 Mins.** 30 Mins. Tiempo de preparación **25 Mins.** Tiempo de cocción

Información nutricional (por porción)
3.251 kJ / 776 Kcal

Grasas: **35 g** Proteínas: **14,5 g**
Carbohidratos: **99 g**

INGREDIENTES

2 porciones

150 g de arroz
210 ml de agua
3 cucharadas Kikkoman aderezo para la Preparación del arroz para sushi (125ml)
1 zanahoria
140 g de setas ostra rey (si no están disponibles, utilice setas ostra)
20 g de fécula de patata
2 cucharadas Kikkoman aceite de Sésamo Toastado
0,25 aguacate
1 hoja de nori
3,5 cucharadas de mayonesa vegana
500 ml de aceite de girasol
40 g de harina
Adicional:
3 cucharadas de agua
20 g Kikkoman Panko - Pan rallado crujiente estilo japonés

Para la salsa:

1 cucharadita Kikkoman Salsa de Soja dulce
0,5 cucharadita Kikkoman Salsa de Soja naturalmente fermentada
0,5 cucharadita Kikkoman Salsa dulce estilo Mirin para Cocinar

PREPARACIÓN

Pasos 1

150 g de arroz - **210 ml** de agua - **3 cucharadas** Kikkoman aderezo para la Preparación del arroz para sushi (125ml) - **0,13** zanahoria
Lave el arroz 3-4 veces y escúrralo en un colador, después póngalo con el agua en un cazo y déjelo en remojo durante 20 minutos antes de cocerlo.
Cueza el arroz y cuando aún esté caliente mézclelo con el Sazonador para arroz de sushi Kikkoman para preparar arroz de sushi.

Corte la zanahoria en dos bastones de 10 cm de largo x 5 mm de grosor. Hiérvalos durante unos 5 minutos para ablandarlos un poco.

Pasos 2

140 g de setas ostra rey (si no están disponibles, utilice setas ostra) - **20 g** de fécula de patata - **2 cucharadas** Kikkoman aceite de Sésamo Toastado - **0,25** aguacate
Corte las setas en trozos de 1 cm de ancho y rebócelas en la fécula de patata. Añada el Aceite de Sésamo Kikkoman a una sartén y fríalas a fuego medio, dándoles la vuelta de vez en cuando, hasta que estén crujientes. Corte el aguacate en rodajas ligeramente más gruesas.

Pasos 3

1 hoja de nori - **1 cucharada** de mayonesa vegana
Extienda el arroz para sushi sobre la hoja de nori de modo que cubra aproximadamente el 70% (deje unos 5 cm de nori en la parte superior sin cubrir). Coloque las setas fritas, las zanahorias hervidas y el aguacate en el centro del arroz. Rocíe con la mayonesa vegana. Enrolle el sushi.

Pasos 4

0

500 ml de aceite de girasol - **40 g** de harina - **2,5 cucharadas** de mayonesa vegana - **3 cucharadas** de agua - **20 g** Kikkoman Panko - Pan rallado crujiente estilo japonés **1 cucharadita** Kikkoman Salsa de Soja dulce **0,5 cucharadita** Kikkoman Salsa de Soja naturalmente fermentada **0,5 cucharadita** Kikkoman Salsa dulce estilo Mirin para Cocinar

En un bol, mezcle 30 g de harina, 1½ cucharadas de mayonesa vegana y 3 cucharadas de agua hasta obtener una masa homogénea.

Cubra los rollos de sushi con 10 g de harina, sumérjalos en la masa que acaba de preparar y, seguidamente, rebócelos en Panko Kikkoman. Fríalos en aceite de girasol a 170 °C.

Para la salsa para mojar, mezcle 1 cucharada de mayonesa vegana y la Salsa para arroz Kikkoman o una combinación de Salsa de Soja Kikkoman y Salsa dulce estilo Mirin Kikkoman.

Corte el sushi en 8 porciones y dispóngalas en un plato. Disfrute del sushi tempura con la salsa para mojar.