Kebab Vegetal (Vegetable Kabab)



Ingredientes

Pimiento verde: 20 g
Zanahoria: 40 g
Sal: 10 g
Menta fresca: Cantidad necesaria
Pimiento rojo: 20 g
Aceite de girasol: Cantidad necesaria
Azucar: 1 Pizca
Chaat masala: 10 g
Fécula de patata: 40 g
Patata hervida: 200 g
Mayonesa: 200 g

Preparación de la Receta

- Picar las zanahorias y los pimientos en cuadraditos muy pequeños
- Escurrir con una superbag o paño fino
- Colocar en un tazón.
- *Pelar* las patatas ya hervidas y rallar sobre el tazón de verduras.
- Incorporar la sal, la chaat masala y la fécula de *patata*
- Integrar bien todos los ingredientes.
- Con la preparación, formar bollos de 40 gramos aproximadamente
- En una sartén con abundante aceite caliente, freír los bollos de verduras hasta que se doren y pongan crujientes
- Por otro lado, en un mortero, trabajar la *menta* con el azúcar y luego mezclar con la *mayonesa*
- Retirar los bollos de verduras de la sartén y quitar el exceso de aceite
- Servir en un plato, acompañando con la *mayonesa* de *menta*.

- Al comprar las zanahorias, procura que tengan un *color naranja* vivo y que todavía conserven hojas de *color* verde para asegurarte de que estén frescas
- Deben ser de tamaño mediano y estrecharse hacia final
- Las zanahorias gruesas son más duras y son más difíciles de cocinar.
- Al momento de freír, puedes reemplazar el aceite de girasol por aceite de oliva virgen.
- Utiliza un mortero de un material no poroso, para que no absorba los aromas y sabores de los ingredientes

- La madera, por ejemplo, no es una buena opción por este motivo
- Los mejores morteros son los de piedra, sobre todo de granito, y también los de nuevos materiales como el polietileno.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/kebab-vegetal-vegetable-kabab