

# Los colores en la cocina japonesa

Tiempo de preparación: 30 Min



## Ingredientes

### Salsa

**Dashi:** 200 cc

**Berenjena baby:** 1 Unidad

**Nabo:** ½ Unidad

**Mirin:** 1 cda.

**Semillas de sésamo negro:**

### Variante I

**Salsa de soja:** 30 cc

**Tofu consistencia de algodón:** 200 g

**Cebolla de verdeo:** 1 Unidad

**Jengibre:** 1 cda.

**Aceite de Sésamo:** 1 cdita.

**Mirin:** 30 cc

**Katsobuyi:** A gusto

### Variante II

**Salsa de soja:** 15 cc

**Miso:** 1 cda.

**Cebolla de verdeo:** ½ Unidad

**Vinagre de Arroz:** 15 cc

**Jengibre:** A gusto

**Ajo:** 2 Dientes

**Semillas de sésamo negras:** 10 g

**Pimienta:** A gusto

**Azucar:** 1 cda.

### Variante III

**Salsa de soja:** 30 cc

**Dashi:** Cantidad necesaria

**Zapallo japonés:** ½ Unidad

**Azucar:** 1 cda.

**Sal fina:** 1 cdita.

**Mirin:** 30 cc

## Variante IV

**Salsa de soja:** 50 cc

**Espinaca:** 1 Paquete

**Azucar:** 1 cda.

**Semillas de sésamo:** 10 g

## Preparación de la Receta

### Variante I

- Pique la *cebolla* de verdeo.
- Pele el *jengibre* y ralle.
- Corte el *tofu* en cubos grandes, envuelva en un lienzo para que absorba el líquido.
- Disponga el *tofu* en un plato, rocíe con aceite de *sésamo*, verdeo, el *jengibre* con su *jugo*, katsobuyi.
- Alrededor *mirín* y salsa de soja.

### Variante II

- En un mortero machaque *ajo*, semillas de *sésamo*, pimienta y el *miso*.
- Reboce la carne con esta pasta y cocine en el grill aceitado.
- Ralle el *jengibre*.
- Pique el verdeo.
- Mezcle azúcar, *jengibre*, el verdeo, *vinagre* de *arroz* y salsa de soja.
- Filetee la carne, disponga en una fuente y acompañe con la salsa.

### Variante III

- Pele el *zapallo* y corte en cubos pequeños.
- Deje parte de la cáscara.
- En una *cacerola* con dashi, sal y azúcar cocine el *zapallo* durante 3 minutos.
- Añada la salsa de soja y el *mirín*.
- Termine la cocción durante 20 minutos aproximadamente.
- Sirva en platos pequeños.

### Variante IV

- Tueste las semillas de *sésamo*.
- Mezcle el *sésamo* con salsa de soja, y azúcar,
- Cocine las espinacas al vapor y escurra.
- Enrolle con la ayuda de un makisu para escurrir el exceso de líquido.
- Corte el rollo de *espinaca* en bocados y disponga en una fuente, bañe con la salsa

## Salsa

- Corte el tallo de la *berenjena* y fría en aceite caliente.
- Pele y ralle el *nabo*.
- En un bowl mezcle el dashi, y el *mirín*,
- Introduzca la *berenjena* en el bowl haciendo presión hasta que se rompa, encima el *nabo* y semillas de *sésamo* negro

## Presentación

- Sirva todas las variantes acompañadas por la salsa.

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/los-colores-en-la-cocina-japonesa>