Rice bowl de chikuwa frita con queso de cabra y ciruelas secas



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Ciruelas pasas: 8 Unidades
Salsa de soja: A gusto
Chikuwa: 8 Unidades
Huevo batido: Cantidad necesaria
Panko: Cantidad necesaria
Queso de Cabra: 200 g
Puerros: 4 Tallos
Alga nori: 1 Lámina
Vino Tinto: 1 Taza
Avellanas tostadas: 1 Taza
Arroz koshihikari: 1 Tazas
Harina: Cantidad necesaria

Preparación de la Receta

- Corte solo la parte blanca de los puerros en juliana, reserve en un bowl con agua hasta el momento de utilizarlo.
- Corte el alga nori en fina juliana.
- Coloque en una *cacerola* el *arroz* con una taza de agua, cocine a fuego máximo y una vez que rompa hervor tape la *cacerola* y lleve el fuego a mínimo hasta que el agua se consuma, terminada la cocción deje reposar fuera del fuego durante 15 minutos tapado.
- Corte el queso de cabra en finos bastones.
- Hidrate las ciruelas en vino tinto y luego realice un puré.

Armado

- Abra los chikuwa al medio y rellene con una cucharada de puré de *ciruela* y un bastón de queso de cabra, luego páselos por *harina*, después por *huevo* batido y termine con *panko*.
- En una *cacerola* con abundante aceite caliente fría los chikuwa hasta dorarlos, luego retire y escurra sobre papel absorbente.

Presentación

- Sirva en un plato una porción de *arroz* hervido, espolvoree con avellanas tostadas y encima acomode un chikuwa cortado al bies.
- Decore con la juliana de *puerro* y alga nori y salsee con salsa de soja.

Tips

-

- Queso de cabra

- La leche de cabra aporta proteínas, calcio y vitamina D.
- Contiene un 1% menos de lactosa que la leche vacuna.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/rice-bowl-de-chikuwa-frita-con-queso-de-cabra-y-ciruelas-secas