

Rolls de Masa sin Cocción Rellenos de Vegetales

Tiempo de preparación: 90 Min



Ingredientes

Acompañamiento

Crackers sin cocción: c/n

Micromix: c/n

Flores comestibles: c/n

Rawmesan: c/n

Ensalada

Jugo de Limón: 20 cc

Rúcula: 20 grs

Semillas activadas: 1 cda

Lechuga: 20 grs

Sal Marina: c/n

Aceite De Oliva: c/n

Mayonesa vegana

Jugo de Limón: 50 cc

Cúrcuma: c/n

Leche de almendras: 200 cc

Castañas de caju remojadas: 200 grs

Ajo: 1 Diente

Sal Marina: c/n

Relleno

Aderezo: c/n

Champiñones: 20 grs

Morrón Rojo: 20 grs

Pepino: 20 grs

Repollo blanco: 20 grs

Sal Marina: c/n

Zanahoria: 20 grs

Zucchini: 20 grs

Castañas de cajú tostadas: c/n

Lechuga: 20 grs

Morrón Verde: 20 grs

Queso de castañas de cajú: 100 grs

Repollo colorado: 20 grs

Tomate: 20 grs

Zapallitos: 20 grs

Rolls

Masa deshidratada: c/n

Alga nori: 2 Unidades

Preparación de la Receta

Mayonesa vegana

- Licuar castañas de *cajú* remojadas, *ajo*, *jugo de limón*, *cúrcuma*, leche de almendras y sal hasta obtener una textura lisa de *mayonesa*.

Relleno

- En un bol mezclar *zanahoria*, *repollo blanco*, *repollo morado*, *tomate* cubeteado sin semillas, pepino sin semillas, *morrón rojo*, *morrón verde* y champiñones (todo picado chico).
- *Condimentar* con sal y agregar queso de castañas de *cajú* hasta integrar a la preparación.
- Añadir *lechuga* en chiffonade, castañas de *cajú* tostadas y *condimentar* con aderezo (*vinagre*, aceite de girasol, azúcar integral orgánica, *cebolla* de verdeo, semillas de *sésamo*, *jengibre* rallado).

Ensalada

- Mezclar en un bol *lechuga*, *lechuga morada*, *rúcula* y *condimentar* con *jugo de limón*, sal, aceite de oliva y semillas activadas

Armado

- Cubrir una mitad de la masa deshidratada con alga nori y agregar relleno sobre el alga.
- Enrollar dejando el relleno envuelto con el alga nori y por afuera la masa deshidratada.
- Repetir la operación con otra hoja de masa.
- Cortar cada rollo en 6 y llevar al plato.
- Agregar la ensalada al un costado y terminar el plato con semillas activadas, micro mix, rawmesan, flores comestibles y crackers sin cocción.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/rolls-de-masa-sin-coccion-rellenos-de-vegetales>