Rolls vegetarianos



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Esparragos: 200 g
Algas Nori: 2 Láminas
Huevos: 2 Unidades
Nabo: 1 Unidad
Cebolla de verdeo: 1 Tallos
Porotos adzuki cocidos: 1/2 Taza
Arroz de sushi aderezado: 2 Tazas
Salsa de soja: 1 cdita.
Zanahoria: 2 Unidad

Mayonesa de wasabi

Mayonesa: 1 cda.
Agua: 1 cdita.
Wasabi: 2 cdita.

Salsa agridulce

Salsa de soja: 100 cc
Mirin: 3 cda.
Caldo de pescado: 50 cc

Preparación de la Receta

- Pele el *nabo* japonés y luego cote en bastones de 1x1cm, del mismo modo proceda con la *zanahoria*.
- Retire la base de los espárragos quedando de la misma medida que la *zanahoria*.
- En un wok con abundante agua hirviendo y sal blanquee primero las zanahorias, luego agregue los espárragos y por ultimo el *nabo*.
- Retire y pase en un recipiente con abundante agua helada, luego retire y escurra sobre papel absorbente.
- Pique la *cebolla* de verdeo solo la parte verde.
- Coloque los huevos en un recibiente y bata, luego agregue los porotos, la *cebolla* de verdeo y la salsa de soja, mezcle y deje reposar durante 10 minutos, luego cuele.

- Corte al medio las hojas de alga nori.

Salsa agridulce

- Coloque en una olla el caldo de pescado junto con la salsa de soja y el *mirin*, lleve a fuego medio y deje reducir hasta espesar.

Mayonesa de wasabi

- Coloque en un recipiente el *wasabi* y disuelva con el agua, luego agregue la *mayonesa* y mezcle.

Armado

- Extienda sobre la mesada una estirilla previamente forrada con papel film, encima coloque media hoja de alga nori, tome con las manos una porción de *arroz* de sushi y acomode sobre el alga dejándolo bien extendido y parejo, de vuelta el alga quedando hacia arriba y el *arroz* sobre la esterilla.
- Acomode a lo largo del alga nori una tira de *zanahoria*, enrolle con la ayuda de la esterilla presionando suavemente formando el roll.
- Proceda del mismo modo con los espárragos, el *nabo* y los porotos adzuki.
- Retire los extremos de los rolls y corte cada uno en 6 bocados.
- Sirva la salsa y la *mayonesa* en salseras.

Presentación

- Coloque los bocados de roll en una fuente.
- Acompañe con la salsa y la *mayonesa* de *wasabi*.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/rolls-vegetarianos