Spring Roll de Verduras Estilo Thai



Ingredientes

Armado

Ajonjolí: cantidad necesaria

Fideos de arroz: cantidad necesaria

Relleno de spring roll

Poro: 1 Unidad
Almendras peladas: 30 g
Chile serrano: 1 Unidad
Calabaza: 1 Unidad
Zanahoria: 2 Unidades

Aceite de ajonjolí: Cantidad necesaria
Pimiento rojo: 1 Unidad
Setas: 1/2 Taza
Jengibre: 1 cdita.

Salsa de soja

Miel de abeja: 2 cdas.
Soja: 1/2 taza

Preparación de la Receta

Relleno de spring roll

- Cortar en juliana la *calabaza*, las zanahorias, el *pimiento*, el *poro*, el *chile* serrano, las setas y el *jengibre* pelado
- *Saltear* las verduras en el aceite de *ajonjolí*.
- Cortar las almendras en trozos e incorporar al salteado junto con el germen de soja
- *Sazonar* con la salsa de soya, *ajonjolí* tostado y salsa de *ostión*
- Integrar por completo.

- Colocar el relleno en un tazón y reservar.
- Sellar el *atún* con el aceite de *ajonjolí* y rebanar.
- Hidratar las hojas de *arroz* en agua caliente durante 1 minuto y extender sobre una toalla húmeda.
- Colocar hojas de *cilantro*, el relleno y formar el rollito.

Salsa de soja

- Combinar la salsa de soja con la miel, el *vinagre* de *arroz* y el *ajonjolí*.

Armado

- En un plato, servir fideos de *arroz* y espolvorear con *ajonjolí*
- Armar los rollitos y acompañar con un poco del relleno
- Por último, decorar con láminas de *atún* y hojas de *cilantro*.

- 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 difícil de cocinar.
- Utiliza miel orgánica, que siempre es más saludable y sabrosa.

Para m&aacute

- S recetas tan deliciosas como ésta, no te pierdas la tercera temporada de "Sazón Casero".

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/spring-roll-de-verduras-estilo-thai