

# Teppanyaki

Tiempo de preparación: 30 Min



## Ingredientes

### Carnes

**Carne vacuna:** 200 g

**Grasa vacuna:** 50 g

**Carne de cerdo:** 200 g

**Carne de pollo:** 200 g

### Salsa

**Salsa de soja:** 100 cc

**Azúcar:** 30 grs.

**Puré de manzanas verdes:** 100 g

**Aceite de Sésamo:** 5 Gotas

**Jugo de Naranja:** 100 cc

**Jenjibre rallado:** 1 cdita.

**Jugo de Limón:** 100 cc

**Puré de cebolla:** 25 g

**Ajo rallado:** Una pizca

### Vegetales

**Morrón amarillo:** 1/2 Unidad

**Morrón colorado:** 1/2 Unidad

**Zapallito:** 1 Unidad

**BATATA:** 1 Unidad

**Papa:** 1 Unidad

**Berenjena Japonesa:** 1 Unidad

## Preparación de la Receta

### Vegetales

- Cepille muy bien la *papa*, la *batata* y corte en rodajas muy finas.
- Corte el zapallito al medio y luego corte en láminas muy finas.

- Corte los morrones en cubos regulares.
- Corte la *berenjena* en rodajas finas al sesgo.
- En el borde una fuente acomode las rodajas de *papa* en forma de abanico y sobre éstas las lámina de zapallito de la misma forma, luego las láminas de *batata* y a continuación las láminas de *berenjena*
- Sobre los bordes acomode armoniosamente los morrones.

## Carnes

- Corte la carne de *cerdo*, la pechuga y la carne vacuna en láminas de 3 mm de espesor.
- En el borde de una fuente acomode las láminas de *cerdo* en forma de abanico, al lado las láminas de *pollo* de la misma forma y finalmente la carne vacuna.

## Salsa

- En el wok combine el puré de *manzana*, el puré de *cebolla*, el *jengibre*, *ajo*, *jugo de naranja*, *jugo de limón*, salsa de soja, aceite de *sésamo* y el azúcar.
- Lleve al fuego y deje cocinar revolviendo constantemente durante 3 minutos a partir del hervor.
- Sirva en un bowl individual.

## Presentación

- Sirva los ingredientes en las fuentes.
- En el centro de la mesa acomode una *plancha* portátil y unte con grasa vacuna.
- Saltee ligeramente el ingrediente elegido.
- Acompañe con la salsa y *arroz* blanco.

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/teppanyaki>