

Yosenabe (Fondue de carne de ave, cerdo, pescados, vegetales y pastas)



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Carnes y pescado

Langostinos: 200 g
Filetes de mero: 200 g
Carre de cerdo: 200 g
Vieiras: 4 Unidades

Tentáculos de pulpo cocidos: 2 Unidades
Tentáculos de calamar cocidos: Unidades
Pechuga de pollo: 200 g

Salsa

Lima: 1 Unidad
Salsa de soja: 200 cc
Jengibre: 20 g

Cebolla de verdeo: 1 Unidad

Vegetales y pastas

Fideos de arroz: 200 g
Cebolla: 1 Unidad
Tofu: 200 grs.
Bok Choy: 1 Planta
Shiitake: 4 Unidades

Fideos soba: 200 g
Hakusay: 100 g
Cebolla de verdeo: 1 Unidad

Preparación de la Receta

Vegetales y pastas

- Separe las hojas del *hakusay*, blanquee en abundante agua salada en ebullición durante unos minutos.
- Escurra las hojas de *hakusay*, coloque una sobre otra y finalmente corte en juliana gruesa.
- Separe las hojas del bok choy y corte en juliana gruesa.
- Corte la *cebolla* en láminas de 1 cm de ancho.
- Cocine los fideos soba y fideos de *arroz* en abundante agua salada en ebullición hasta que estén tiernos.
- Corte el *tofu* en dados de 1 cm de lado.
- Corte la *cebolla* de verdeo en rodajas al bias.
- Retire el pie de los *hongos*.

Carnes y pescado

- Corte la carne de **cerdo** en lámina de 1/2 cm de espesor.
- Corte la pechuga de *pollo* en láminas de 1/2 cm de espesor
- Corte los filetes de pescado al medio a lo largo y luego en porciones del tamaño de un bocado.
- Corte los tentáculos de pulpo en rodajas al bias.
- Separe los tentáculos de *calamar* en grupos de 2.
- Pele los *langostinos*, retire las patas y la vena del *lomo*.
- Retire una valva de las vieiras.

Cocción

- En una cazuela (nabemono) con agua en ebullición blanquee los productos colocándolos en forma de abanico durante 2 a 3 minutos aproximadamente.

Salsa

- Corte la lima en gajos y realice cortes pequeños sobre la pulpa.
- Pele y ralle el *jengibre*.
- Pique finamente la *cebolla* de verdeo.
- En un bowl de presentación disponga la *cebolla* de verdeo, la lima y el *jengibre*.
- Bañe con salsa de soja al momento del servicio.

Presentación

- Sirva directamente en la cazuela, acompañe con la salsa y *arroz* blanco.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/yosenabe-fondue-de-carne-de-ave-cerdo-pescados-vegetales-y-pastas>