

Mini maki de cogombre



El maki és del tipus de sushi més conegut. Es pot fer amb molts ingredients diferents; de peix, de verdura, combinat, amb truita (tamago), la imaginació la poses tu.

Per 4 persones

Temps: 10 min. (Partim de l'arròs fet)

Ingredients:

- – 1 cogombre
- – 1 fulla d'alga nori
- – Salsa de soja sense gluten, gíngebre en conserva i wasabi per acompanyar.
- – Arròs per fer sushi



Elaboració:

PAS 1: Fem l'arròs

PAS 2: Quan començem a treballar amb ell ens hem de mullar les mans constantment perquè no se'ns aferri l'arròs a les mans i utensilis.

PAS 3: Pelem i tallem el cogombre en talls de 8 mm aproximadament.

PAS 4: Posem un bol amb aigua per anar-nos remullant les mans.

PAS 5: Estirem l'estora de bambú i la protegim amb film transparent

PAS 6: Posem una fulla de nori damunt l'estora amb les ratlles en el mateix sentit que l'estoreta i la tallem per la meitat. Reservem l'altre per fer altra tongada mini makis

PAS 7: Agaferm miques d'arròs amb les mans, que anirem remullant, i l'estenem per tota la superfície de l'alga menys 2-3 cm que necessitarem per segellar el maki. Si ens ajudem d'una cullera podrem premsar bé l'arròs.

PAS 8: Posem una fila de cogobre en l'expres oposat al reservat per segellar. Si el volem fer picant, afegim una mica de wasabi a l'arròs, sota el farciment.

PAS 9: Cargolem amb l'ajuda de l'estoreta i anem apretant que no es surti, procurant que quedi comprimit. Quan arribem a l'extrem, mullem l'extrem amb una mica d'aigua i segellem el maki.

PAS 10.: Amb el ganivet ben esmolat i remullat, anem fent talls de la mida d'una mossada.

PAS 11: Els servirem amb un bol petit amb salsa de soja, un altre amb gíngebre en conserva i un altre amb wasabi.



www.lamevacuina.cat



Bon Profit!