

Creador: Irene Delafú



Tiempo: 1 hora

Dificultad: Intermedia

Tipo de plato: Primer plato

Tipo de cocina: Vegana

Otros: Cocina Exótica

Coste: Medio

Descripción:

Ingredientes para 4 personas :

- 250 g de arroz para sushi
- 3 cucharadas de vinagre de arroz y un poco más para trabajar el arroz
- 1 cucharada de azúcar
- Sal
- Medio pepino
- Medio aguacate maduro
- Zumo de media lima
- 4 hojas de nori (algas tostadas, aprox. 12 g)
- Wasabi

Preparación:

Paso 1

Lavar el arroz para sushi en un colador, hasta que el agua salga limpia. Dejar en remojo durante 1 h. Llevar a ebullición con aprox. 500 ml de agua y cocer tapado durante 5 min. Bajar el fuego y cocinar a fuego lento durante otros 15 min. Añadir un poco de agua caliente en caso necesario para evitar que se pegue. Cubrir la olla con un paño de cocina y dejar reposar el arroz durante 15 min. Mezclar el vinagre, el azúcar y 1 cucharada rasa de sal. Poner el arroz en un cuenco grande plano, rociar encima la mezcla preparada con el vinagre y mezclar con una espátula plana con cuidado. Enfriar el arroz con un abanico o un secador (en posición frío). Pelar el pepino, cortar por la mitad a lo largo y retirar las pepitas. Cortar a lo largo en tiras finas. Pelar el aguacate, quitar el hueso, cortar la pulpa también a tiras y rociar con el zumo de lima. Colocar una hoja de nori sobre la esterilla de sushi. Repartir encima una cuarta parte del arroz hasta obtener un grosor de 1 cm. Dejar 1 cm en el margen superior sin cubrirla de arroz para poder enrollarla. Humedecerse los dedos de vez en cuando con un poco de agua con vinagre para que no se pegue el arroz. Repartir una pequeña cantidad de wasabi en el centro del arroz, colocar encima unas tiras de pepino y de aguacate, y enrollarlo todo con la ayuda de la esterilla desde abajo hacia arriba presionando bien. Cortar el rollo en 8 porciones con un cuchillo bien afilado. Repetir la misma operación con el resto de ingredientes. Servir el sushi con salsa de soja, wasabi y jengibre marinado.

