

Gyoza arrosto con 3 salse

Tempo totale **60 Min** 60 Min Tempo di preparazione

Valori nutrizionali (per porzione):

1.464 kJ / 349 kcal

Grassi: **16 g** Proteine: **11,6 g**

Carboidrati: **38,4 g**

INGREDIENTI

4 Porzioni

1 confezione di pasta per gyoza pronta

Per il ripieno:

2 cipollotti

1 spicchio d'aglio piccolo

5 g zenzero

200 g cavolo cappuccio (o cavolo cinese)

160 g carne macinata di maiale o di pollo

1 cucchiaino zucchero
Sale, pepe bianco q.b.

3 cucchiaini [Salsa di Soia a Fermentazione Naturale Kikkoman](#)

1 cucchiaino olio di sesamo
Un pizzico di farina da spolverare sui gyoza più 3 cucchiai circa per l'impasto

6 cucchiari cucchiari di olio vegetale

PREPARAZIONE

Passaggio 1

per il ripieno, pulire e lavare i cipollotti. Mondare l'aglio e lo zenzero e tritare entrambi finemente insieme ai cipollotti.

Passaggio 2

Pulire, lavare e tritare il cavolo cappuccio grossolanamente, spolverare con 1 cucchiaino di sale e strizzare bene con le mani. Riporre il cavolo tritato in un panno e schiacciare per bene per far fuoriuscire i liquidi.

Passaggio 3

Unire cipollotti, aglio, zenzero, cavolo cappuccio, carne macinata, zucchero, sale, pepe, salsa di soia e olio di sesamo.

Passaggio 4

Al centro dell'impasto dei gyoza mettere circa 15 g di ripieno. Inumidire con un dito metà del bordo della pasta sfoglia, richiuderla sul ripieno, piegare i bordi e schiacciarli creando un effetto "plissettato".

Passaggio 5

Prima di soffriggere i gyoza, spolverarli leggermente con della farina sul lato inferiore.

Passaggio 6

Scaldare 1 cucchiaio di olio in una padella (28 cm

0), disporre con cura i gyoza in due file (risp. 5 pezzi) e cuocere. Quando il lato inferiore dei gyoza sarà leggermente scuro, mescolare 100 ml di acqua e 1 cucchiaio di farina, aggiungere il composto in padella e proseguire la cottura dei gyoza con coperchio a fuoco medio-alto per circa 3 minuti e mezzo.

Passaggio 7

Una volta evaporata l'acqua, aggiungere 1 cucchiaio d'olio e proseguire la cottura, finché il lato inferiore dei gyoza non diventa dorato e croccante. Preparare anche i gyoza restanti.

Passaggio 8

Impiattare i gyoza con il lato inferiore rivolto verso l'alto e servire con le salse dip.