

Sushi cake

Tempo totale **30 Min** **30 Min** Tempo di preparazione

Valori nutrizionali (per porzione):
1.394 kJ / 332 kcal

Grassi: **18,9 g** Proteine: **13,6 g**
Carboidrati: **26,3 g**

INGREDIENTI

1 Porzioni

200 g riso per sushi cotto
2 gamberetti tagliati a
 metà e cotti
1 cucchiaino uova di trota
1 cucchiaino caviale
1 pugno rucola (o crescione)
3 taccole
0,5 avocado
1 cetriolino
1 ravanello
1 pomodorino datterino
 giallo
100 g salmone affumicato
2 cucchiaini maionese
 pasta wasabi a piacere

Per le strisce di omelette

1 uovo fresco
1 cucchiaino latte
1 cucchiaino fecola di patata
2 pizzichi zucchero
1 pizzico sale
1 cucchiaino olio vegetale

Per i funghi shiitake cotti

5 funghi Shiitake
1 cucchiaino sciroppo d'acero (o
 miele)
1 cucchiaino Salsa di Soia a
 Fermentazione Naturale
 Kikkoman
0,5 zucchero
cucchiaino

100 ml d'acqua
da servire per accompagnare il piatto

PREPARAZIONE

Passaggio 1

Per le strisce di omelette, mescolare per bene gli ingredienti in una ciotola, tranne l'olio. Scaldare una padella e spennellarla con dell'olio. Versare la miscela, distribuire per ottenere una frittatina fine (come per una crêpe) e cuocere su entrambi i lati. Far raffreddare l'omelette e tagliare a strisciole (circa 2 mm).

Passaggio 2

Per preparare i funghi shiitake cotti, tagliare il gambo. Unire in un padellino sciroppo d'acero, salsa di soia, zucchero, 100 ml d'acqua e i funghi, quindi portare a ebollizione. Abbassare la fiamma e far cuocere finché il liquido non si sia assorbito. Far raffreddare i funghi shiitake cotti e tagliare a fettine (circa 2 mm).

Passaggio 3

Per preparare le verdure, lavare le taccole, tagliare le estremità, sbollentarle e farle raffreddare. Tamponarle e tagliarle trasversalmente in pezzi larghi circa 1 cm. Tagliare la polpa di avocado a fettine di circa 2 mm. Lavare il cetriolo, tagliare a fette sottili con un economo da cucina e arrotolare affinché le fette prendano la forma di fiori a punta. Lavare il ravanello e tagliarlo a fettine. Lavare il pomodoro e tagliarlo in 4 parti.

Passaggio 4

Per i fiori di salmone, tagliare il salmone

Salsa di Soia a
Fermentazione Naturale
Kikkoman

affumicato a strisce lunghe circa 3-4 cm e larghe circa 2 cm. Posizionare due di esse sul lato della lunghezza affinché i bordi siano leggermente uno sopra all'altro. Arrotolarli verso l'interno e creare 3 o 4 petali. Unire i petali, posizionarli in verticale e usare le dita per aprire i petali sul lato superiore affinché prendano la forma di fiori. Creare 5 fiori in totale.

Passaggio 5

Per la preparazione della sushi cake, rivestire la teglia con la pellicola per alimenti e distribuire 1/3 del riso per sushi sul fondo. Disporvi sopra le fette di avocado in modo uniforme e distribuire di nuovo 1/3 del riso per sushi. Aggiungere le fette di funghi shiitake, distribuire il riso per sushi, coprire con la pellicola e compattare leggermente il tutto.

Passaggio 6

Per ultimare la ricetta, rimuovere la pellicola, mettere un piatto sopra e capovolgere la torta di sushi. Distribuire sulla sushi cake le strisce di omelette, i fiori di salmone affumicato e guarnire con gli ingredienti rimasti.

Passaggio 7

Mescolare la maionese con la pasta wasabi. Decorare la sushi cake con la maionese al wasabi e cospargere di rucola.

Passaggio 8

Servire la sushi cake con la salsa di soia e gustare a piacere.