

Makis de aguacate y tomate

Posted on **January 01,1970** by **hiulitscuisine**

El **sushi** es la manera de hacer el arroz al estilo japonés (con vinagre de arroz, azúcar y sal), acompañado de pescados, mariscos, verduras o huevo. Cuando se sirve enrollado con alga nori, se llama **maki** (makizushi).

Ingredientes:

- 2 tazas de arroz japonés
- 4 cucharadas de vinagre de arroz
- 2 cucharadas de azúcar
- 2 cucharadas de sal
- 1 aguacate
- 1 tomate
- 4 láminas de algas nori

Tiempo de preparación:

- 45 min

Preparación:

1. En una sartén u olla pequeña mezclar y calentar el vinagre de arroz con el azúcar y la sal hasta que estos últimos se disuelvan (*sin dejar que el vinagre hierva*). Reservar.
2. Limpiar el arroz con agua fría hasta que el agua salga limpia (varias veces, hasta que no quede almidón al arroz). Dejar en remojo unos 15 min.
3. En una olla poner 2 tazas de agua a hervir y cocinar el arroz a fuego lento hasta que se evapore todo el agua y quede pegajoso (*o mirar la etiqueta del envase del arroz y seguir las instrucciones*). Dejar reposar 10-15 min.
4. Finalmente, mezclar el vinagre con el arroz.
5. Pelar el aguacate y cortar en tiras. Lo mismo con el tomate.
6. Sobre la esterilla de bambú (*makisu*) o sobre el mármol, poner una lámina de alga nori. Mojar ligeramente (*unas gotas*). Esparcir el arroz por encima, poner las tiras de aguacate y tomate en una punta y enrollar con la esterilla.
7. Mojar un cuchillo y cortar el rollo de maki en 6-7.
8. Servir acompañado de un bol con salsa de soja y una puntita de wasabi.

Nota:

- Los japoneses lo sirven con láminas de jengibre, para sacar el sabor entre maki y maki.
- Los celiacos vigilad con la salsa de soja, hay algunas que llevan trigo.

Posted in: Cocina Asiática, Destacados, Entrantes, Platos Principales, Recetas | Tagged: Aguacate, Alga Nori, Arroz, Azúcar, Tomate, Vinagre De Arroz | With 0 comments