MAKIS DE AGUACATE. RECETA JAPONESA CON THERMOMIX

Ingredientes:

Para preparar el arroz

300 gr. de arroz para sushi (el grano es corto y cristalino y contiene mucho almidón);

380 gr. de agua fría para el varoma;

1 litro de agua para el vaso;

1/2 cubilete de aliño para Sushi

Además necesitaremos papel de hornear para forrar el Varoma

Para preparar los maki:

Bambú para dar forma a los maki;

Alga nori;

aguacate;

salsa de soja

Preparación:

1. Mojamos un rectángulo de papel de hornear, lo escurrimos y lo ponemos dentro del recipiente Varoma. Reservamos.

2. Ponemos en el vaso del Thermomix el litro de agua y lo calentamos 5 minutos, temperatura Varoma, velocidad 1.

3. Mientras tanto vamos a lavar el arroz Sushi, para ello lo ponemos en el cestillo del Thermomix y lo lavamos. Repetimos la operación al menos cinco veces,si son siete mejor (siempre número impar*) El agua ha de salir totalmente transparente.

4. Ponemos el arroz lavado sobre el papel de hornear que hemos colocado en el recipiente Varoma y agregamos los 380 gr.de agua fría (tranquilos, no se escapa el agua ;)).

Ponemos la Varoma en su posición y programamos 20 minutos, temperatura Varoma, velocidad 2.

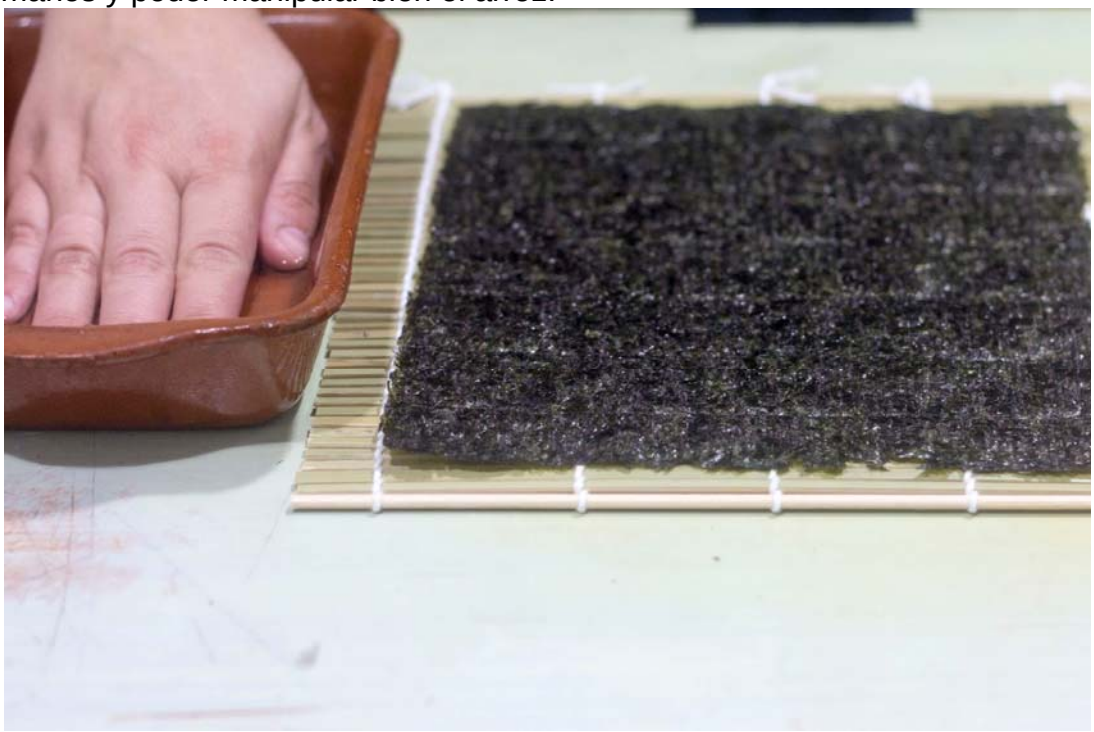
Es importante no ser cotilla y levantar la tapa para mirar!!!! si levantas la tapa se evaporará el vapor que se ha ido creando y el arroz no quedará en su punto.

5. Acabado el tiempo dejamos reposar el arroz tapado 10 minutos para que se rehaga.

6. Volcamos el arroz en una fuente o tabla de madera preferiblemente porque absorben la humedad, si no tenemos una fuente amplia nos servirá. Con ayuda de la espátula del Thermomix y con cuidado de no romper el arroz lo vamos levantando con cuidado para ayudar a que se enfríe. Mientras tanto vamos añadiendo el aliño para sushi bien repartido por toda la superficie. El aspecto del arroz será pegajoso y brillante.

Para elaborar los maki:

7.Ponemos en una fuente un poco agua con vinagre de arroz para mojarnos las manos y poder manipular bien el arroz.



8. Colocamos el alga nori sobre el bambú. El alga nori tiene una parte brillante y otra rugosa, la brillante es la que debe quedar por fuera con lo que colocamos el arroz sobre la parte rugosa.

9. Nos fijamos también en las líneas del alga nori y lo ponemos de forma que quede en horizontal, al igual que las marcas de bambú.

10. Nos humedecemos las manos y cogemos arroz. Lo ponemos sobre el alga y cubrimos todo bien.

11. Visualmente dividimos el cuadrado en tres y colocamos horizontalmente el relleno, en éste caso el aguacate cortado en láminas gruesas.

12. Con los pulgares levantamos el bambú y con el resto de los dedos agarramos el relleno. Empezamos a envolver. Vamos apretando para que el maki nos quede compacto.

13. Cortamos en ocho partes mojando el filo del cuchillo de hoja lisa en un poco de vinagre de arroz.

Nota: Éste arroz lo puedes hacer de un día para otro pero no lo conservaremos en el frigorífico ya que se nos resecará, lo dejaremos a temperatura ambiente y cubierto con un paño húmedo para que no se reseque.

* En Japón tienen preferencia por los números impares, se consideran de mejor augurio.

Servimos acompañado con salsa de soja. Buen provecho!