



INARI CON QUINUA

(SALADO)

Ingredientes:

(10 unidades aproximadamente)

- 1/2 taza de quinua
- arroz blanco recién preparado
- paquete de 5 unidades de aburage (se corta por la mitad para que salga 10)
- 1/2 cebolla mediana picada
- 1/2 cucharadita ajo molido
- sal y pimienta
- aceite para freír

Versión de pollo:

- 100g de carne molida de pollo
- palillo
- pimiento rojo picado
- arvejas o "eda mame" sancochado
- hojitas de perejil
- huevitos de codorniz para decorar (opcional)

Versión de carne:

- 100g de carne molida de res y cerdo
- cebollita china picada
- salchicha o hot dog cortado en tajadas para decorar (opcional)

La preparación es la misma que la de carne de pollo, pero sin el palillo. La cebollita china se le agrega al final como decoración.



Preparación:

¡Estilo Marisol!

1. Lavar bien la quinua y cocinar a fuego lento con 1 ½ de agua aprox. hasta que se consuma el agua y la quinua quede transparente y suave. Dejar escurrir.
2. Estirar los aburage presionando con ayuda de un "ohashi" o un rodillo para que facilite el abrirlos como si fuera una bolsita. Cortarlos por la mitad y pasarlos 30 segundos por agua hervida (con una pizca de sal) para eliminar la grasa. Dejarlos en un colador para que se escurran y enfriar.
3. Calentar el aceite y hacer un aderezo de cebolla y ajos, salpimentar. Agregar la carne molida de pollo, el pimiento rojo picado y palillo al gusto para darle un color más intenso y sabor. Ir revolviendo hasta que se cocine.
4. Retirar del fuego. Agregar la quinua e ir mezclando con el aderezo para que tome sabor. Agregue las arvejas o eda mame y siga removiendo.
5. Vaya agregando arroz blanco caliente a la preparación de quinua para que esta tome cuerpo y se ponga un poco "pegajosa" y quede más compacta para usarla para rellenar el aburage. Vaya rectificando el sabor y agregue más sal si es necesario.
6. Abrir el aburage escurrido. Abrirlos con cuidado para que no se rompan y no queden pegados, especialmente los bordes (ayúdese con sus dedos para cerciorarse que el aburage esté abierto). Le recomiendo doblar el borde hacia adentro para que quede más resistente y parejo. Haga bolitas con la preparación de quinua y arroz, y rellenar el aburage empujando hacia el fondo con los dedos para que quede compacto.
7. Puede presentarlo con una ramita de perejil y un huevo frito de codorniz para darle más color y sabor.



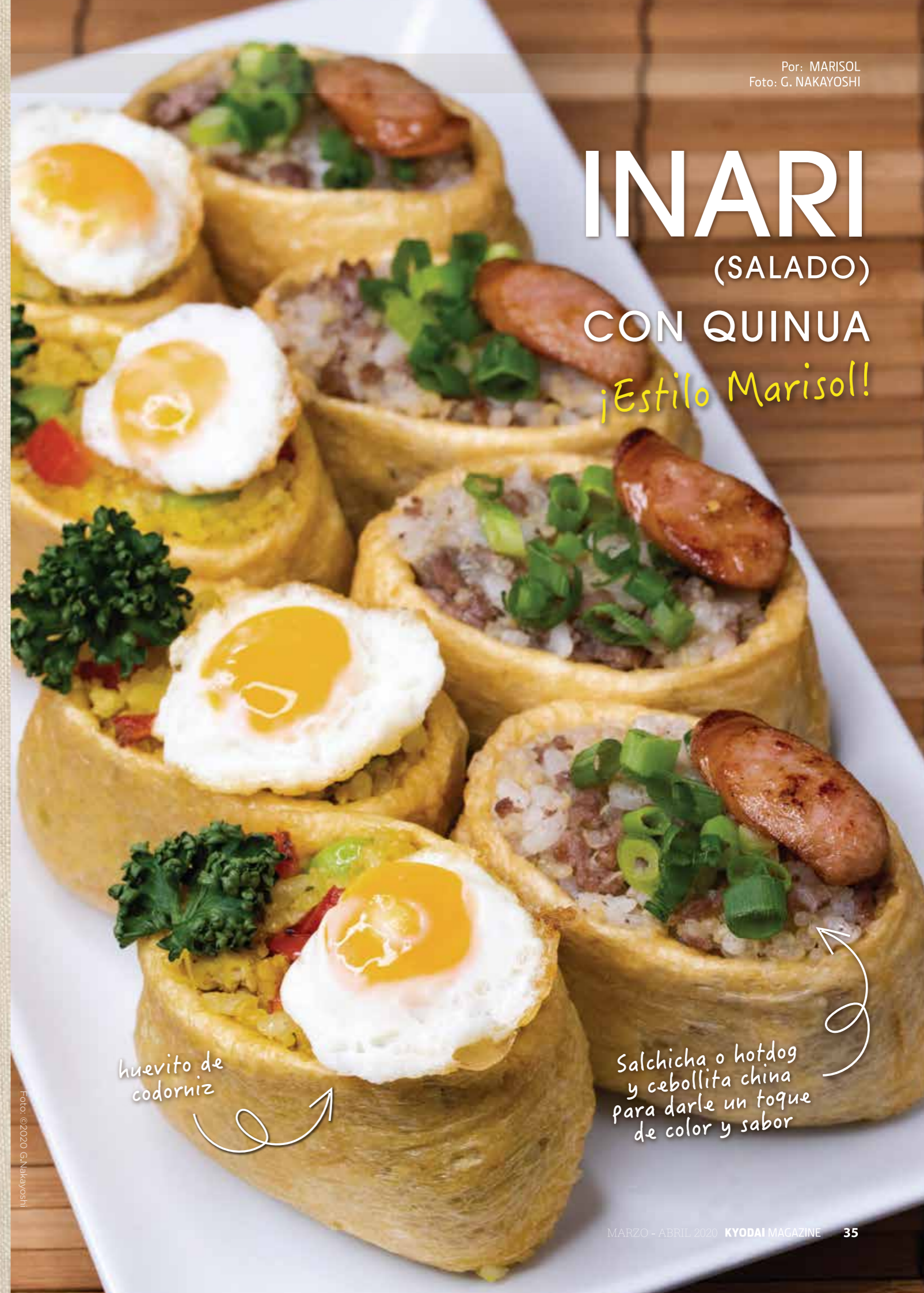
♥ Sugerencia ♥

Puede rellenar las bolsitas y colocarles queso para pizza y luego cerrarlas usando un palito de dientes. Caliente unos segundos en el microondas antes de servir y... ¡tendrá una deliciosa sorpresa!



INARI

(SALADO)
CON QUINUA
¡Estilo Marisol!



huevo de codorniz

Salchicha o hotdog y cebollita china para darle un toque de color y sabor