



una pizza de Luna



25

MINUTOS



20 MINUTOS

5 ROLLOS
ENTEROS

SUSHI CRUJIENTE DE ATÚN

Instrucciones:

1. Cocinar el arroz para sushi según las instrucciones del paquete. En una olla pequeña, calentar el vinagre de arroz, la sal y el azúcar granulada, hasta que el azúcar se haya derretido. Agregar la marinada al arroz para sushi y dejar que el arroz se enfríe por completo.
2. En un recipiente pequeño, agregar el atún, mayonesa, aceite de sésamo, mostaza gruesa, el chalote, sal, pimienta y la salsa picante si la vas a usar, mezclar todo bien y dejar a parte.
3. Tomar una hoja de nori, con el lado rugoso hacia arriba, sobre una estera de bambú, ver notas si no tienes estera de bambú. Colocar de 2-3 cucharadas de arroz, extenderlo en una capa uniforme sobre la hoja de nori. Dejar un borde vacío de unos 2 centímetros en la parte superior de la hoja de nori.

Ingredientes:

Para hacer el sushi:

- 250 gr. de arroz para sushi
- 5 cucharadas de vinagre de arroz
- 1 cucharadita de azúcar granulada
- 1 cucharadita de sal
- 5 hojas de nori
- Pepino cortado en tiras
- Semillas de sésamo
- Mayonesa
- Salsa picante

Para hacer el relleno de atún:

- 1 lata de 150 gr. de atún en agua
- 1 cucharada de mayonesa
- 1 cucharadita de aceite de sésamo
- 1 cucharadita de mostaza gruesa
- 1/2 chalote finamente picada, ver notas
- Sal y pimienta al gusto
- Salsa Sriracha al gusto, opcional

4. Añadir 1 a 2 cucharadas de ensalada de atún sobre aproximadamente un tercio del arroz y colocar encima las tiras de pepino.
5. Enrollar el sushi firmemente usando la estera de bambú. Sella el rollo de sushi untando el borde vacío de la hoja de nori con agua.
6. Untar ligeramente el exterior del rollo de sushi con mayonesa y luego envolver el sushi en el panko.
7. Precalentar la freidora de aire a 200°C (400 F). Cocinar los rollos de sushi durante 3-5 minutos, luego cortar y decorar cada rollito con mayonesa, salsa picante y semillas de sésamo.

Notes:

* Si no tienes estera de bambú, puede sustituir por papel film (plástico transparente) - Colocar una hoja de papel film sobre una superficie plana, pon el alga nori encima y usa tus manos para enrollar con cuidado y listo.