



Veggie Gyoza (Găluște Japoneze)

🕒 75–90 Min. ❤️❤️❤️

Pregătire

Ingrediente 4 Porții

🔥 = Kotányi Produkte

3	Căței Usturoi tocați mărunț
1 lingurița	Kotányi Ghimbir măcinat
300 grame	Varză chinezească, tăiată fin
150 grame	Morcovi, dați prin răzătoare
120 grame	Dovlecei, dați prin răzătoare
50 grame	Ardei roșu, tăiat mărunț
2 linguri	Sos de soia
1 praf	Kotányi Piper Mozaic, râșniță
1 praf	Kotányi Sare de mare, râșniță
240 grame	Făină albă
150 ml	Apă fiartă fierbinte
	Amidon de porumb

- 1 Se pregătește aluatul pentru Gyoza. Amestecați sarea cu apa fierbinte. Se pune împreună cu făina într-un robot de bucătărie pentru a frământa un aluat neted (aprox. 10 minute). Se împarte aluatul în 2 rulouri și se lasă la rece timp de 30 de minute. Cel mai bine este să fie învelit în folie și lăsat la frigider.
- 2 Se presară amidon de porumb pe suprafața de lucru și se întinde aluatul foarte subțire. Acesta nu trebuie să fie mai gros de 2 mm. Se taie forme circulare de aprox. 8cm.
- 3 Se stropesc și formele cu amidon de porumb, astfel încât să nu se lipească între ele când sunt stivuite. Se pune aluatul deoparte.
- 4 Se încinge puțin ulei într-o tigaie și se căleşte usturoiul tocat mărunț. Se adaugă apoi ardeii, dovlecelul, morcovii și varza chinezească mărunțită.
- 5 Se deglazează cu sos de soia. Rafinați cu ghimbir, sare și piper de la Kotányi și amestecați bine în mod regulat.
- 6 Acum formați găluștele, punând 2 lingurițe din umplutură în mijlocul formei de aluat. Înmuiați degetul într-un pahar plin cu apă și ungeți marginea aluatului cu el.
- 7 Împăturiți găluștele și strângeți la capete. Se așează pe o farfurie. Pentru a preveni uscarea lor, puneți peste ele un prosop de bucătărie umed.
- 8 Aduceți apa cu sare la fiert într-o cratiță, puneți găluștele și gătiți la cuptor sau la aparat cu aburi, aprox. 8 – 10 minute.
- 9 La final, prăjiți găluștele într-o tigaie, pe fiecare parte, pentru a deveni crocante. Gyoza finită poate fi savurată cu diferite sosuri.

