



ONIGIRI Z MARYNOWANYM JAJEM



40 MINUT



2 PORCJE

SKŁADNIKI



SKŁADNIKI:

- 500 ml sosu teriyaki
- 500 gram ryżu do sushi
- 8 jaj Kotliny Natury
- 2 łyżki bonito
- szczypta soli
- 6 płatów nori (2 poszatkowane, 4 przecięte na pół)
- 2 łyżki uprażonego sezamu

PRZYGOTOWANIE



1. Ugotuj jaja 6 minut. Wyjmij je z gorącej wody i poczekaj, by przestygły. Obierz wystudzone jaja, przełóż do miski i zalej sosem teriyaki. Marynuj je przez minimum godzinę
2. Przygotuj ryż. Przesyp go do sitka o drobnych oczkach i przepłucz zimną wodą. Przełóż go do garnka i zalej zimną wodą w proporcjach 1:1. Zakryj szczelnie pokrywką i doprowadź do wrzenia. Gotuj ryż, aż wchłonie całą wodę. Energicznie mieszaj go drewnianą łyżką i na koniec przykryj wilgotną, bawełnianą szmatką, by ziarenka przestygły, ale nie wyschły zbyt szybko.
3. Przystudzony ryż wymieszaj z bonito, poszatkowanym nori, sezamem i szczyptą soli.
4. Do przygotowania onigiri używaj kwadratowego kawałka papieru do pieczenia. Połóż papier w dłoni, nałóż na środek sporą porcję ryżu i zrób w nim wgłębienie. Do środka włóż jajo i na wierz ponownie nałóż ryż. Z pomocą dwóch dłoni uformuj kulkę, zakrywając ryżem całe jajo. Uformowane onigiri wkładamy w przekrojony na pół płat nori. Gotowe!



KOTLINA NATURY TO MARKA WYBORNÝCH JAJ Z CHOWU EKOLOGICZNEGO, WOLNEGO WYBIEGU, ŚCÍÓŁKOWEGO, A TAKŻE ZNOSZONYCH PRZEZ KURY ZIELONONÓŻKI.

WIĘCEJ PRZEPISÓW ZNAJDZIESZ NA:

WWW.KOTLINANATURY.PL



JAPONKO-WŁOSKIE ONIGIRI Z JAJEM



60 MINUT



2 PORCJE

SKŁADNIKI



SKŁADNIKI:

- 500 ml sosu teriyaki
- 500 gram ryżu do sushi
- 8 jaj Kotliny Natury
- 1 kg ziemniaków
- Oliwa truflowa
- Olej do smażenia

SKŁADNIKI DO PODANIA:

- Czarne trufle
- Drobno starty ser pecorino
- Chilli w płatkach
- Szczypiorek

PRZYGOTOWANIE



1. Powtarzamy kroki jak w przygotowaniu onigiri z jajem, do momentu przełożenie onigiri w płaty nori.
2. Ugotuj ziemniaki, odstaw je do ostudzenia, następnie utłucz. Dodaj do masy oliwę truflową, szczyptę soli i chilli. W garnku podgrzej olej do 180 stopni. Ponownie połóż papier w dłoni i na jego środek nałóż sporą porcję ziemniaków. Zrób w niej zgłębienie, do środka włóż onigiri i ponownie nałóż ziemniaki. Z pomocą dwóch dłoni uformuj kulkę, zakrywając ziemniakami całe onigiri. Uformowane onigiri wkładamy do gorącego oleju. Smażymy przez chwilę z obydwu stron, do uzyskania złotego koloru. Z pomocą chochli wyciągamy onigiri i odkładamy na papier, by odsączyć nadmiar oleju.
3. Podajemy posypane truflami, szczypiorem, chilli i startym pecorino. Smacznego!



KOTLINA NATURY TO MARKA WYBORNÝCH JAJ Z CHOWU EKOLOGICZNEGO, WOLNEGO WYBIEGU, ŚCÍÓŁKOWEGO, A TAKŻE ZNOSZONYCH PRZEZ KURY ZIELONONÓŻKI.

WIĘCEJ PRZEPISÓW ZNAJDZIESZ NA:

WWW.KOTLINANATURY.PL