

Cogumelos ostra estufados com kimchi de cenoura

Tempo total **90 Mins.** 30 Mins. Tempo de preparação **60 Mins.** Tempo de confecção **20 Mins.** Tempo de Espera

INGREDIENTES

10 Porções

Para o kimchi de cenoura:

700 g	de cenouras descascadas
15 g	de sal
10 g	de alho, bem ralado
20 g	de gengibre, bem ralado
20 g	gochugaru (flocos de malagueta coreana)
50 ml	<u>Kikkoman Molho de Soja Ponzu Limão</u>
20 g	de mel
50 g	de cebolinhas, cortadas em fatias finas

Para os cogumelos:

1,4 kg	de cogumelos ostra grandes
100 ml	de óleo vegetal
500 g	de chalotas bem picadas
40 g	de alho bem picado
5	folhas de louro
20 g	de polpa de tomate
1 litro	de caldo de legumes
300 ml	<u>Kikkoman Molho de Soja Ponzu Limão</u>
20 ml	de xarope de beterraba
5 g	de farinha de milho
40 g	de manteiga

Para a polenta:

700 ml	de natas (30% de gordura)
700 ml	de caldo de legumes
	Sal
	Noz-moscada
500 g	de polenta de milho
20 g	de cebolinho, bem picado

PREPARAÇÃO

Passo 1

Com uma mandolina, corte as cenouras em rodela finas, no sentido do comprimento, com cerca de 1 mm de espessura. Misture com sal e amasse bem. Deixe repousar durante cerca de 20 minutos para absorver a água. Descasque o gengibre e o alho e misture com os flocos de malagueta, o Kikkoman Ponzu Limão e o mel. Adicione o molho e as cebolinhas às cenouras e volte a amassar bem. Conservar no frigorífico até ao momento de servir.

Passo 2

Pré-aqueça o forno a 180 °C (ventilador). Corte os cogumelos ao meio no sentido do comprimento e faça uma ligeira incisão na superfície de corte. Asse os cogumelos numa assadeira grande com um pouco de óleo em lume médio durante 3-4 minutos. Retire e frite as chalotas e o alho na mesma frigideira durante 5-6 minutos. Adicione a polpa de tomate e asse durante mais 2-3 minutos. Deglaceie com o caldo de legumes e, em seguida, adicione o Kikkoman Ponzu Limão e o xarope de beterraba. Adicione os cogumelos e as folhas de louro e leve ao forno durante cerca de 30 minutos.

Passo 3

Quando os cogumelos estiverem cozinhados, retire-os e passe o molho por um coador fino. Reduza o molho para cerca de 500 ml num tacho e engrosse com a farinha de milho misturada com uma pequena quantidade de água fria. Aqueça o molho numa frigideira com os cogumelos e a manteiga antes de servir.

20 g de salsa, bem picada
20 g de cerefólio, bem picado
150 g de ricotta
E ainda:
20 g de agrião sakura

Passo 4

Para a polenta, leve o caldo de legumes e as natas a ferver. Tempere bem com o sal e a noz-moscada. Misture a polenta no líquido e deixe cozinhar em lume brando durante 4-5 minutos, mexendo sempre. Junte a ricotta e as ervas aromáticas.

Passo 5

Para servir, divida a polenta em porções e disponha-as em pratos. Disponha três metades de cogumelos e kimchi de cenoura por porção, decore com o agrião e sirva.