

Chamuças crocantes de pastinaca com molho de pimenta

Tempo total **135 Mins.** 20 Mins. Tempo de preparação **55 Mins.** Tempo de confeção **60 Mins.** Tempo de repouso

Informação nutricional (por porção)
3.180 kJ / 760 kcal

Gorduras totais: **46 g** Proteína: **11 g**
Hidratos de carbono: **76 g**

INGREDIENTES

2 Porções

180 g	de farinha de trigo
1 pitada	de sal
1 pitada	de açúcar
35 ml	de óleo de colza
70 ml	de água morna
300 g	de pastinacas
15 g	de manteiga
20 g	de chalota
1	dente de alho
1 colheres de chá	de gengibre ralado
10 g	de pasta de caril amarelo
25 ml	de natas espessas
85 ml	<u>Kikkoman Molho de Soja Fermentado Naturalmente Com Teor Reduzido de Sal</u>
10 ml	de sumo de lima
1 pitada	de cominhos em pó
1 pitada	de açafrão-da-índia
10 g	de coentros frescos, picados
120 g	de maionese
30 g	de iogurte grego
10 ml	de sumo de limão
1 colheres de chá	de mostarda de Dijon
1 colheres de chá	<u>Kikkoman Óleo de Sésamo Tostado</u>
1 colheres de chá	de mel
1 colheres	de pimenta preta grossa

PREPARAÇÃO

Passo 1

180 g de farinha de trigo - **1 pitada** de sal - **1 pitada** de açúcar - **35 ml** de óleo de colza - **70 ml** de água morna
Misture a farinha com o sal e o açúcar, junte depois o óleo e trabalhe-o na farinha até a mistura ficar parecida com areia húmida. Junte a água morna aos poucos, amassando até obter uma massa bastante firme e elástica. Amasse durante cerca de 8–10 min, até ficar lisa. Envolve em película aderente e deixe repousar pelo menos 30 min à temperatura ambiente.

Passo 2

300 g de pastinacas - **20 g** de chalota - **1** dente de alho
Descasque as pastinacas. Pique bem a chalota e o alho.

Passo 3

15 g de manteiga - **1 colheres de chá** de gengibre ralado - **10 g** de pasta de caril amarelo - **25 ml** de natas espessas - **45 ml** Kikkoman Molho de Soja Fermentado Naturalmente Com Teor Reduzido de Sal - **10 ml** de sumo de lima - **1 pitada** de cominhos em pó - **1 pitada** de açafrão-da-índia - **10 g** de coentros frescos, picados
Asse as pastinacas do Passo 2 a 190 °C durante cerca de 40 min, até ficarem completamente tenras e ligeiramente caramelizadas. Derreta a manteiga, refogue a chalota e o alho do Passo 2, rale o gengibre por cima, junte a pasta de caril e deixe cozinhar 1 min. Junte as pastinacas assadas, as natas espessas e o Molho de Soja Kikkoman

de chá

Adicionalmente:

Óleo para fritar

Menos Sal e triture até obter uma mistura bem homogênea. Tempere com os cominhos, o açafrão-da-índia, o sumo de lima e os coentros picados. O recheio deve ficar espesso e completamente frio antes de rechear as chamuças.

Passo 4

120 g de maionese - **30 g** de iogurte grego - **10 ml** de sumo de limão - **1 colher de chá** de mostarda de Dijon - **1 colher de chá** Kikkoman Óleo de Sésamo Tostado - **20 ml** Kikkoman Molho de Soja Fermentado Naturalmente Com Teor Reduzido de Sal - **1 colher de chá** de mel - **1 colher de chá** de pimenta preta grossa

Misture a maionese com o iogurte, a mostarda, o mel e o óleo de sésamo. Junte o Molho de Soja Kikkoman Menos Sal, o sumo de limão e a pimenta preta grossa. Envolve bem até ficar homogêneo e leve ao frigorífico pelo menos 30 min para os sabores se apurarem.

Passo 5

20 ml Kikkoman Molho de Soja Fermentado Naturalmente Com Teor Reduzido de Sal - Óleo para fritar

Divida a massa em três porções iguais e estenda cada uma numa folha fina com cerca de 1,5 mm de espessura. Corte cada folha ao meio. Pincele ligeiramente as bordas de cada metade com uma fina camada de Molho de Soja Kikkoman Menos Sal, para realçar o sabor e ajudar a selar a massa. Dobre cada metade em forma de cone, recheie com cerca de 40 g de recheio e sele bem as bordas. Frite as chamuças em óleo a 165–170 °C durante cerca de 6–8 min, começando a uma temperatura um pouco mais baixa para a massa ter tempo de secar e ficar caracteristicamente delicada e muito estaladiça. Escorra em papel de cozinha depois de fritar.