

Gyoza recheada com couve e cogumelos

Tempo total **45 Mins.** 30 Mins. Tempo de preparação **15 Mins.** Tempo de confeção

Informação nutricional (por porção)
2.721 kJ / 650 kcal

Gorduras totais: **30,4 g**
Hidratos de carbono: **79,5 g**

INGREDIENTES

2 Porções

14	folhas de massa de gyoza
Recheio:	
100 g	de couve branca
30 g	de cogumelos shiitake
30 g	de cogumelos enoki
80 g	de cebola
2	dentes de alho
40 ml	<u>Kikkoman Molho de Soja Fermentado Naturalmente</u>
30 ml	de óleo de colza
Molho:	
80 g	de arandos secos
40 ml	<u>Kikkoman Molho de Soja Fermentado Naturalmente</u>
120 ml	<u>Kikkoman Tempero de cozinha doce ao estilo Mirin</u>
1 colher de chá	de amido de milho

PREPARAÇÃO

Passo 1

100 g de couve branca - **30 g** de cogumelos shiitake - **30 g** de cogumelos enoki - **80 g** de cebola - **2** dentes de alho - **40 ml** Kikkoman Molho de Soja Fermentado Naturalmente - **30 ml** de óleo de colza
Pique muito bem os legumes para o recheio e frite em óleo durante cerca de 10 minutos até os ingredientes ficarem macios. Tempere com o molho de soja Kikkoman.

Passo 2

40 ml Kikkoman Molho de Soja Fermentado Naturalmente - **120 ml** Kikkoman Tempero de cozinha doce ao estilo Mirin - **80 g** de arandos secos - **1 colher de chá** de amido de milho
Misture os ingredientes para o molho de arando e leve-os a ferver.

Passo 3

14 folhas de massa de gyoza
Encha as folhas de massa com o recheio do passo 1 e enrole-as para formar gyozas.
Coloque as gyozas prontas numa frigideira e frite-as de um lado. Quando estiverem douradas, adicione um pouco de água, cubra com uma tampa e deixe cozer em lume brando durante 3-4 minutos.

Sirva as gyozas com o molho de arando.