

Rolo de douradinhos de peixe (uramaki)

Tempo total **15 Mins.** 5 Mins. Tempo de preparação **10 Mins.** Tempo de confeção

Informação nutricional (por porção)
588 kJ / 141 kcal

Gorduras totais: **7,7 g** Proteína: **7 g**
Hidratos de carbono: **10,4 g**

INGREDIENTES

8 Porções

- 2** douradinhos de peixe (congelado)
Óleo para fritar
- 1** folha de nori
- 200 g** de arroz de sushi cozido
- 0,5 colheres de chá** de pasta de wasabi
- 2 colheres de chá** de maionese
- 1** molho de rúcula
- 6** tiras de pimento vermelho
- 2** tiras de pepino
- 2 colheres de chá** Kikkoman Molho de Sésamo
- 2 colheres de sopa** colheres de sopa de sementes de sésamo torradas

Alternativa para o tempero de sésamo Kikkoman:

- 10 g** de manteiga de amendoim
- 10 g** de água
- 2 g** Kikkoman Molho de Soja Fermentado Naturalmente
- 2** gotas de óleo de sésamo

Para servir:

- Agrião
- maionese
- Kikkoman Molho de Sésamo
- Kikkoman Molho de Soja

PREPARAÇÃO

Passo 1

Frite na frigideira ou numa fritadeira os douradinhos de peixe.

Passo 2

Coloque 1 folha de nori no tapete de sushi.

Passo 3

Espalhe o arroz de sushi sobre este com os dedos molhados.

Passo 4

Volte completamente.

Passo 5

Espalhe a pasta de wasabi e a maionese longitudinalmente apenas no meio.

Passo 6

Coloque a rúcula, os douradinhos de peixe, as tiras de pimento vermelho e de pepino longitudinalmente por cima.

Passo 7

Borrife com tempero de sésamo Kikkoman.

Passo 8

Fermentado
Naturalmente

Enrole o rolo.

Passo 9

Envolva em película transparente, fixe com o tapete de sushi e desenrole.

Passo 10

Corte em 8 porções do mesmo tamanho.

Passo 11

Envolva ambos os lados nas sementes de sésamo.

Passo 12

Disponha com agrião, maionese e tempero de sésamo Kikkoman.