KIKKOMAN

Xiao Long Bao com Frango e Gambas

Tempo total **145 Mins.** **75 Mins.** Tempo de preparação **10 Mins.** Tempo de confeção **60 Mins.** Tempo de arrefecimento

Informação nutricional (por porção)
2.170 kJ / 519 kcal

Gorduras totais: **14 g** Proteína: **35 g**
Hidratos de carbono: **62 g**

INGREDIENTES

2 Porções

Caldo:

250 ml	de caldo de legumes
1 colheres de chá	de gelatina

Massa:

150 g	de farinha de trigo
80 ml	de água quente

Recheio:

150 g	de frango picado
50 g	de gambas bem picadas
1	cebolinha
1 cm	de gengibre fresco ralado
1 colheres de sopa	Kikkoman Molho de Soja Ponzu Limão
0,5 colheres de sopa	Kikkoman Óleo de Sésamo Tostado
0,5 colheres de chá	de açúcar
0,25 colheres de chá	de pimenta preta

Molho 1:

3 colheres de sopa	Kikkoman Molho de Soja Ponzu Limão
0,5 colheres de sopa	Kikkoman Óleo de Sésamo Tostado
0,5 cm	de gengibre fresco ralado
0,5 colheres de sopa	de cebolinha picada

Molho 2:

3 colheres de sopa	Kikkoman Molho de Soja Fermentado

PREPARAÇÃO

Passo 1

250 ml de caldo de legumes - **1 colheres de chá** de gelatina
Aqueça o caldo numa caçarola rasa, junte a gelatina e mexa até dissolver. Deixe arrefecer e, em seguida, leve ao frigorífico durante cerca de 1 hora até solidificar.

Passo 2

150 g de farinha de trigo - **80 ml** de água quente
Misture a farinha e a água quente numa tigela com pauzinhos ou um garfo até formar uma massa elástica. Amasse até ficar homogéneo, envolva em película aderente e deixe repousar enquanto prepara os restantes ingredientes.

Passo 3

150 g de frango picado - **50 g** de gambas bem picadas - **1** cebolinha - **1 cm** de gengibre fresco ralado - **1 colheres de sopa** Kikkoman Molho de Soja Ponzu Limão - **0,5 colheres de sopa** Kikkoman Óleo de Sésamo Tostado - **0,5 colheres de chá** de açúcar - **0,25 colheres de chá** de pimenta preta
Misture o frango, as gambas, a cebolinha, o gengibre, o Kikkoman Ponzu Limão, o Óleo de Sésamo Kikkoman, o açúcar e a pimenta numa tigela. Quando o caldo estiver solidificado, corte-o em cubos pequenos e adicione delicadamente ao recheio.

Passo 4

Enrole a massa em forma de cilindro e corte-a em pedaços iguais. Molde cada um deles em forma de

	Naturalmente
1 colheres de chá	Kikkoman Tempero para Arroz de Sushi (125ml)
1 cm	de gengibre fresco cortado em rodelas

bola, achate-os e estique-os com um rolo até formarem círculos com cerca de 6 cm de diâmetro. Estique mais a borda externa do que o centro, para que a massa fique mais grossa no meio e mais fina nas bordas.

Passo 5

Coloque uma colher de recheio no centro de cada círculo. Junte as bordas, dobre-as em torno do recheio e aperte na parte superior para selar. Disponha os dumplings num cesto para cozinhar a vapor forrado com papel vegetal e cozinhe durante 10 minutos.

Passo 6

3 colheres de sopa Kikkoman Molho de Soja Ponzu Limão - **0,5 colheres de sopa** Kikkoman Óleo de Sésamo Tostado - **0,5 cm** de gengibre fresco ralado - **0,5 colheres de sopa** de cebolinha picada - **3 colheres de sopa** Kikkoman Molho de Soja Fermentado Naturalmente - **1 colheres de chá** Kikkoman Tempero para Arroz de Sushi (125ml) - **1 cm** de gengibre fresco cortado em rodelas
Numa tigela, misture o Kikkoman Ponzu Limão, o Óleo de Sésamo Kikkoman, o gengibre e a cebolinha. Noutra tigela, misture o Molho de Soja Kikkoman, o Tempero Kikkoman para Arroz de Sushi e as fatias de gengibre. Sirva os dumplings quentes com ambos os molhos.