



# SUSHI

(para 4 personas)

Alga nori (para enrollar)

6 cucharadas de aliño del arroz para sushi

1 litro de agua para el vapor

300 g de arroz para sushi o bomba

3 hojas de alga kombu, para  
aromatizar el arroz (opcional)

380 g de agua fría

Relleno: Opcional, salmón, atún, surimi aguacate, zanahoria

## Arroz para sushi

1 Prepare el aliño para el arroz siguiendo las indicaciones de la receta  
Deje enfriar y reserve.

2 Moje un rectángulo de papel de hornear de aprox imadamente 40 x 30  
escúrralo bien y cubra con él la bandeja del recipiente Varoma, Reserve.

3 Vierta el agua en el vaso y programe 5 minutos, temperatura Varoma,  
velocidad 1.

4 Mientras se calienta el agua, ponga el arroz dentro del cestillo y lávelo con  
abundante agua fría, aclarándolo varias veces hasta que el agua salga bien  
clara. Según el tipo de arroz, esto puede suponer hasta más de 10 lavados.  
Este paso es muy importante para conseguir la textura del arroz de sushi, al  
igual que el reposo, que forma parte de la cocción en sí.

Cuando acabe el tiempo programado, coloque el recipiente Varoma en su  
posición y ponga el arroz en la bandeja (encima del papel), distribuyéndolo  
de manera uniforme. Pulse la función balanza, vierta sobre el arroz 380 g de  
agua y dos o tres hojas de alga kombu. Tape el recipiente Varoma y  
programe 20 minutos, temperatura Varoma, velocidad 2. Es importante no  
levantar la tapa durante la cocción,

6 Retire el recipiente Varoma, no levante la tapa y deje reposar durante  
5-10 minutos.

7 Vuelque el arroz en un recipiente no  
metálico (preferentemente de  
madera). Con la ayuda de la espátula, mueva  
el arroz de forma delicada  
para airearlo y ayudar a que se enfríe por

MERCHE ANTON

Agente Oficial Thermomix

anton.zornoza.mercedes@ithermomix.es

igual. Puede abanicarlo, que es la forma tradicional de enfriarlo. Mientras lo mueve, vierta poco a poco 6 cucharadas de aliño de vinagre sobre el arroz, removiendo y repartiendo con mucho cuidado el líquido por toda la mezcla. El resultado debe ser pegajoso y a la vez brillante.

Sugerencia: Este arroz es la base para los rollitos maki de alga nori, las bo litas de forma de croqueta nigiri, los conos temaki de alga nori, etc.

También se puede servir con unas verduritas salteadas, gambas, tortilla

### ***Aliño del arroz para sushi***

(para 360 gramos)

240 g de vinagre de arroz

80 g de azúcar

40 g de sal

1 Ponga todos los ingredientes en el vaso y programe 4 minutos, 80", velocidad 2 . Vierta en un frasco y reserve en el frigorífico.

**Nota:** Este aliño se conserva varios meses en el frigorífico. Es conveniente tenerlo preparado con antelación porque debe usarse frío.

Relleno: Al gusto laminas de atun, con aguacate, o salmon y queso, Palitos de cangrejo etc.....

