

Hamburger ryżowy z krewetkami,



Składniki

1 szklanka - ryż
długozłazny
8-10 szt. - krewetki
1 szt. - listek alg morskich
nori (do sushi)
1 szt. - mała marchewka
3-4 łyżka - olej rzepakowy
1/2 szklanka - jogurt typ
grecki
5 szt. - listki mięty
1 szt. - mały ząbek
czosnku
1/2 szt. - mała papryczka
chilli
2 łyżka - masło
1/2 łyżeczka - miód
1 szt. - sałata lodowa
(listek)

Opis wykonania

Ryżowy hamburger w nori z krewetkami , karmelizowaną marchwią oraz sosem jogurtowym z miętą , czosnkiem i chilli

Ryż gotujemy na sypko - odcedzamy ,studzimy. Siekamy miętę , papryczkę chili i czosnek . Wrzucamy do jogurtu. Mieszamy ,doprawiamy pieprzem ,solą i cukrem, Do ryżu dodajemy mąkę ,mieszamy. Wykładamy kokilkę o średnicy 9-10cm folią spożywczą. Formujemy z ryżu dwa "hamburgery" grubości ok 2cm dokładnie uciskając od góry mniejszym naczyniem, Wyjmujemy delikatnie uformowanego hamburgera i kładziemy na rozgrzany olej. Opiekamy z obu stron na złoty kolor na średnim ogniu. Hamburgery odkładamy na talerz. Obieramy marchewkę a następnie obieraczką tniemy ją na paseczki. Na małej patelni rozgrzewamy trochę oleju ,dodajemy masło. Gdy się roztopi wrzucamy marchewkę. Dusimy na małym ogniu aż będzie al dente. Dodajemy miód i chwile dusimy. Krewetki doprawiamy solą ,białym pieprzem ,czosnkiem i wrzucamy na rozgrzany olej. Obsmażamy dodajemy troszkę masła ,chwile dusimy i zdejmujemy z ognia. Na środku listka nori kładziemy jednego hamburgera - tak żeby połowa hamburgera wystawała ponad jego brzegiem. Kładziemy sałatę następnie smarujemy sosem jogurtowym ,układamy krewetki. Na krewetki układamy marchewkę polewamy delikatnie sosem i przykrywamy drugim hamburgerem. Zawijamy nori, Smacznego!