FOTORRECETA

Longyozas

Deliciosas gyozas de longaniza con espinacas

Para esta receta partiremos de masa ya hecha comprada en una panadería o supermercado. Con una porción estándar de unos 250 g nos dará para dos pizzas de unos 25 cm de diámetro.

TIEMPO:

Preparación: 20 minutos.
Cocinado: 15 minutos.

INGREDIENTES:

- Longaniza fresca
- Espinacas baby frescas
- Obleas de pasta para gyoza
- Pimienta
- Aceite de oliva
- Pasas o vino dulce (en caso de no usar teriyaki)
- Opcional teriyaki: salsa de soja, sake (y/o mirin) en proporciones 1:1:0.5, azúcar o miel al gusto. Se puede comprar hecha.
- Opcional: piñones

Preparar la salsa teriyaki mezclando los ingredientes y dejando reducir hasta que adquiera una consistencia similar a la de la miel líquida.

Extraer la carne de la longaniza y picarla, dorar ligeramente a fuego fuerte un par de minutos y mezclar con una cantidad de salsa teriyaki según tus preferencias.

Rehogar las hojas de espinaca ligeramente y añadir a la carne. En el caso de no usar salsa teriyaki, recomendamos añadir unas pasas o vino dulce tipo moscatel. Aquí podemos añadir unos piñones tostados.

Rellenamos las masas de gyozas y las cerramos untando un poco de agua con los dedos en los bordes a unir. Tradicionalmente las gyozas se cierran pellizcándolas, recomendamos ver algún vídeo de este paso en internet.

Aplanar la base de la gyozas y tostar esa cara en una sarten antiadherente a fuego vivo. A continuación, añadir agua y tapar para que terminen de hacerse al vapor unos 10 minutos hasta que se evapore.

¡Si te sobra relleno puedes hacer unos deliciosos fideos orientales!

Zaragoza
AYUNTAMIENTO