

Omurice: recepta tradicional japonesa

Ingredients:

- 1 Tassa d'arròs al vapor
- 1/4 de Ceba
- 50g. de Pollastre
- 3 cullerades de Ketchup
- Sal (Al gust)
- Pebre negre (Al gust)
- 2 Ous
- 1 cullerada de maionesa
- 1 cullerada de llet
- 2 Cullerades de mantega (aprox.10g.)

Ingredients (arròs) :

- 1 Taza d'arròs per sushi
- 1 Taza i mitja d'aigua (300 mL)
- Aigua per rentar l'arròs

Preparació:

1r Pas: Preparar l'arròs al vapor.

1r.1. Rentar l'arròs amb l'aigua neta en un recipient o una olla.

1r.2. Aplicar una mica de pressió per polir-ho, però no massa pressió perquè es pot trencar el gra d'arròs.

1r.3. Buidar l'aigua i tornar a rentar l'arròs amb l'aigua neta. Repetir el procés de rentar l'arròs, fins que l'aigua surti transparent. (3-4 vegades aprox.)

1r.4. Escórrer l'arròs en un colador de malla.

1r.5. Afegir l'aigua (la porció per cuinar) i deixar l'arròs que es remulli per 30 minuts.

1r.6. Col·locar la tapa de l'olla i cuinar amb el foc alt fins que comença a bullir. (Aprox. 5 minuts)

1r.7. Quan comença a bullir, baixar al foc lent i cuinar per 10 minuts. *No obrir La tapa*

1r.8. Pujar a foc alt per 10 segons per eliminar l'excés d'humitat.

1r.9. Apagar el foc i deixar-ho reposar per 15 minuts.

1r.10. Obrir la tapa i barrejar per esponjar l'arròs. I ja està !!!

2n Pas: Preparar els ingredients:

1. Tallar el pollastre en els quadrets de 0.5-1cm.
2. Picar la ceba a quadrets fins.

3r Pas: Col·locar 1 cullerada (10g) de la mantega en una paella i escalfar al foc alt.

4rt Pas: Quan la mantega es fon, baixar el foc i afegir la ceba. Sofregir amb el foc lent fins que la ceba es comença posar el color transparent. (4-5 minuts)

5é Pas: Afegir el pollastre i sofregir amb el foc mitjà fins que el pollastre estigui completament cuit. (2-3 minuts)

6é Pas: Afegir l'arròs i sofregir amb el foc mitjà. (1-2 minuts)

7é Pas: Afegir 3 cullerades de la ketchup, la sal i pebre negre al gust. Barrejar ràpidament. (30 segons)

8é Pas: Servir en un plat fent la forma de la cúpula amb una tassa.

9é Pas: En un recipient, barrejar bé els ous, la maionesa i la llet.

10é Pas: Escalfar una paella amb el foc alt.

11é Pas: Afegir la mantega i distribuir-la sobretot fons de la paella.

12é: Baixar el foc al mig i afegir la barreja de l'ou. Esperar per 5 segons sense tocar l'ou.

13é: Barrejar l'ou per 10 segons com si fos els ous remenats.

14rt: Deixar que l'ou estigui cuit una mica més. Usant espàtula, enlairar l'ou de la paella amb cura.

15é: Servir sobre l'arròs lliscant des de la paella. Decorar-lo amb el ketchup i ja està apunt !

