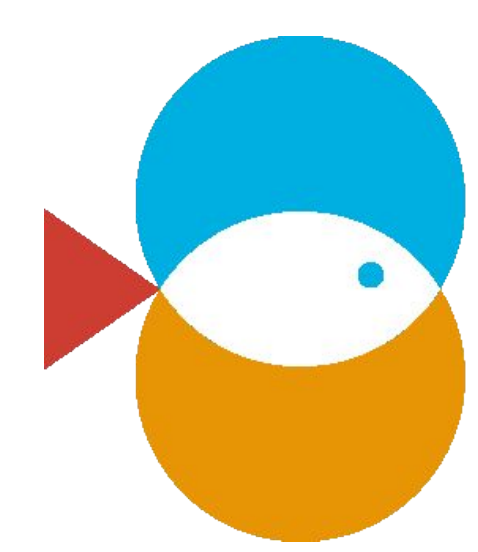




PESCA ESPAÑA
Fuente de felicidad



18 DE JUNIO - DÍA MUNDIAL DEL SUSHI

Sushi en casa: recetas fáciles, rápidas y deliciosas con las que te lucirás

Con motivo del Día Mundial del Sushi, Pesca España propone cuatro recetas rápidas, frescas y llenas de sabor para preparar en casa sin complicaciones. Perfectas para una cena especial, un picoteo con amigos o un plan de domingo. Porque hacer sushi en casa no solo es posible, sino que también puede ser delicioso.



NIGURI DE PULPO

Ingredientes:

- ½ taza de arroz para sushi cocido y aliñado
- 1 cucharadita de aove
- 6 láminas finas de pulpo cocido
- 1 pizca de pimentón dulce o picante
- Sal gruesa al gusto

PREPARACIÓN:

1. **Formar pequeños óvalos** de arroz con las manos húmedas.
2. **Colocar** una lámina de pulpo sobre cada pieza.
3. **Aliñar** con un chorrito de aceite, pimentón y sal gruesa.
4. **Servir** al momento.

Ingredientes:

- ½ taza de arroz para sushi cocido y aliñado
- 80 g de gambas cocidas y trocead
- ½ cucharadita de mostaza/wasabi
- 2 hojas de alga nori cortadas por la mitad
- 1 cucharada de mayonesa
- Sésamo tostado para decorar
- Cebollino picado

PREPARACIÓN:

1. **Mezclar** las gambas con la mayonesa, la mostaza y el cebollino.
2. **Colocar** arroz en una esquina del alga nori, **añadir** el relleno y **enrollar** en forma de cono.
3. **Espolvorear** con sésamo y **servir**.



TEMAKI DE GAMBAS



URAMAKI DE CABALLA

Ingredientes:

- 1 taza de arroz para sushi cocido y aliñado
- 1 filete de caballa ahumada
- 1 hoja de alga nori
- 2 cucharadas de queso crema tipo Philadelphia
- ½ pepino en trozos

PREPARACIÓN:

1. **Extender** el arroz sobre una hoja de film.
2. **Colocar** la hoja de nori encima, con el arroz hacia abajo.
3. **Rellenar** con el queso crema y las tiras de pepino.
4. **Enrollar** con ayuda de una esterilla y **cortar** en 8 piezas.
5. **Colocar** una lámina fina de caballa sobre cada pieza, **servir** y **decorar**.

Ingredientes:

- 1 hoja de alga nori
- 80 g de atún fresco en cuadrados
- ½ taza de arroz para sushi cocido y aliñado
- Salsa de soja para acompañar

PREPARACIÓN:

1. **Colocar** el alga con la cara rugosa hacia arriba.
2. **Extender** una capa fina de arroz dejando un borde libre.
3. **Colocar** el atún en el centro.
4. **Enrollar** y **cortar** en 6-8 piezas. **Servir** con salsa de soja.



MAKI DE ATÚN CLÁSICO