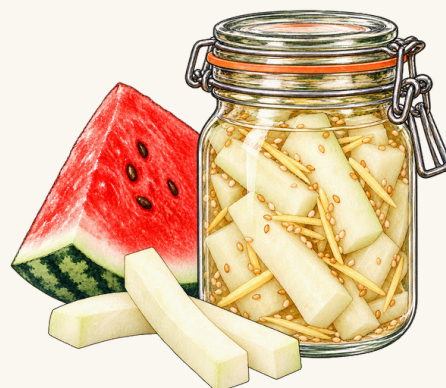


WARZYWA

Marynowana skórka arbuza po japońsku

Biała część skórki arbuza w słodko-kwaśnej marynacie z sosem sojowym i sezamem. Przepis Namiko Hirasawy Chen z Just One Cookbook.

Autor przepisu: Namiko Hirasawa Chen · Just One Cookbook



CZAS

20 minut + 2-3 godziny w lodówce

PORCJA

6 porcji dodatku; około 803 g obranej białej skórki

Metoda: Szybkie marynowanie w lodówce

Sezon i surowiec: Świeży arbuż z jędrną skórką

Przechowywanie: Po odcedzeniu przechowuj w lodówce; zjedz w ciągu 3-4 dni

Składniki

- Około 803 g białej skórki arbuza po usunięciu zielonej warstwy - masa podana przez autorkę dla przygotowanej porcji
- 4 łyżki octu ryżowego bez dodatku soli i cukru
- 4 łyżki cukru
- 2 łyżki sosu sojowego
- 1 łyżka oleju z prażonego sezamu
- 1 łyżka prażonych ziaren sezamu, opcjonalnie
- Kilka cienkich pasków imbiru, opcjonalnie

Przygotowanie

1. Przygotuj skórkę

Z ćwiartki arbuza odetnij miąższ, pozostawiając przy białej skórcie odrobinę czerwonej części. Usuń twardą zieloną warstwę. Białą skórkę pokrój w równe plasterki o grubości 6 mm.

OPRACOWANIE / DR INŻ. NATALIA HORBACH

Natalia Horbach

Źródła i historia na stronie Fermentarni
fermentarnia.com



strona 1

RECEPTURA ONLINE

Marynowana skórka arbuza po japońsku / ciąg dalszy

2. Wymieszaj marynatę

W zamykanym woreczku spożywczym wymieszaj ocet, cukier, sos sojowy, olej sezamowy i opcjonalne dodatki. Mieszaj do rozpuszczenia cukru.

3. Marynuj w lodówce

Dodaj skórę do woreczka i usuń jak najwięcej powietrza przed zamknięciem. Wymieszaj, lekko ugniatając woreczek. Wstaw do lodówki na 2-3 godziny lub na noc.

4. Odcedź przed przechowywaniem

Wyjmij skórę z marynaty i przełóż do osobnego pojemnika. Marynatę wylej. Przechowuj w lodówce i zjedz w ciągu 3-4 dni.

Wskazówki

Zawiera soję i sezam. Tradycyjny sos sojowy zwykle zawiera także pszenicę; sprawdź etykietę.

To szybka marynata do lodówki. Nie przechowuj jej w spiżarni.

Jak podawać

Podaj jako dodatek do ryżu, grillowanych potraw lub jako małą przekąskę.

Pod lupą

Co robi słodko-słona zalewa

Cukier i sól z sosu sojowego sprzyjają przechodzeniu części wody ze skórki do zalewy na drodze osmozy, a rozpuszczone składniki mogą przenikać do jej wnętrza. Tak zmienia się skórka podczas marynowania. Kwas jest już obecny w occie ryżowym; nie musi powstawać w wyniku fermentacji.

