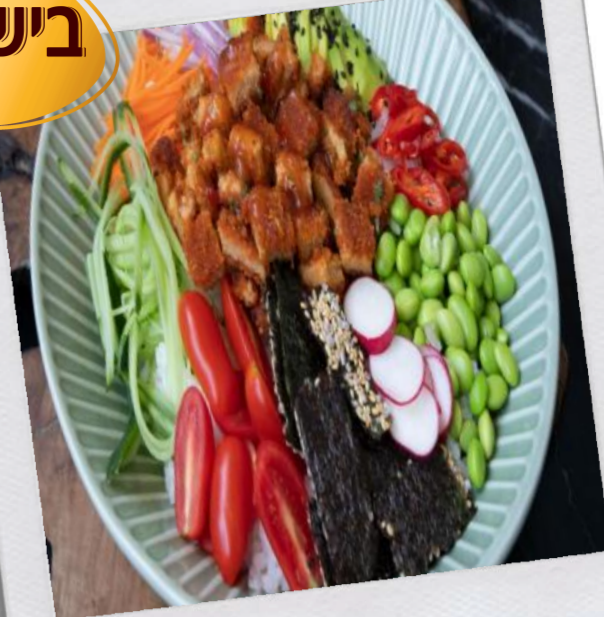


פוקי בול צמחוני



רכיבים

- חבילה שניצל דק צמחוני צ'ילי
- כפות רוטב צ'ילי מתוק 290 מ"ל
- זר כוסברה קצוצה
- גרם אורז לבן עגול לסושי
- 1/2 1/2 ליטר מים
- 1/2 1/2 כוס חומץ אורז
- כפיות סוכר לבן
- כפית מלח גדושה
- 1/4 1/4 כוס אדממה
- זר בצל ירוק פרוס דק
- 1/2 1/2 פלפל אדום חריף טרי פרוס דק
- צנונית פרוסות דק
- גזר חתוך לרצועות דקות
- מלפפונים חתוך לרצועות דקות
- עגבנייה תמר חצויות
- 1/2 1/2 אבוקדו פרוס דק
- לימון

הכנה

1. להכנת האורז - שוטפים היטב את אורז הסושי כמה פעמים עד שהמים כבר לא לבנים אלא שקופים. מסננים את האורז ומשאירים במסננת. מעבירים לסיר עמוק ומוסיפים חצי ליטר מים קרים מהברז.
2. מביאים לרתיחה, מכסים, מנמיכים את האש ונותנים לו להתבשל בשקט 22 דקות. אחרי הבישול מכבים את האש ונותנים לאורז לנוח כמה דקות.
3. בינתיים מכינים תחמיץ: מחממים בסיר קטן חומץ אורז, סוכר ומלח עד שהסוכר נמס לגמרי. מעבירים את האורז למגש רחב, שופכים מעליו את התחמיץ ומערבבים בעדינות עם כף עץ. נותנים לאורז להתקרר לגמרי בטמפרטורת החדר.
4. להכנת השניצל: שמים על תבנית ואופים בתנור שחומם מראש. כשהוא מוכן, חותכים אותו לקוביות קטנות. מערבבים בקערה עם רוטב צ'ילי מתוק, כוסברה קצוצה, וחצי ליים סחוט לא לוותר על הליים, זה עושה את כל ההבדל.
5. להרכבת הפוקי בול: לוקחים קערה משפחתית יפה. שמים במרכז את האורז. מסביב מסדרים רצועות של גזר, מלפפון, בצל ירוק, בצל סגול, צ'ילי חריף, צנונית, עגבניות שרי, אבוקדו ואצות חתוכות. מוסיפים את קוביות הטבעול המתובלות שמים במרכז. מגישים עם פלחי ליים בצד סויה ורוטב צ'ילי מתוק.

30 דקות ⌚

4 4 ⊕