

Recetas

Boniato confitado



Ingredientes (para 4)

- 1 boniato japonés
- 100 cc de agua
- 1 cucharadita de salsa de soja
- 2 cucharadas de azúcar
- 2 cucharaditas de fécula de patata (o de fécula de maíz)
- 4 cucharaditas de agua (para disolver la fécula)
- Semillas de sésamo tostado (como guarnición)
- Aceite (de colza, de oliva, de cártamo o de otro tipo) para freír

Preparación

1. Lave el boniato y córtelo en trozos irregulares.
2. Caliente el aceite a 170 ° C y fría los trozos de boniato a fuego medio hasta que estén tiernos (hasta que se puedan atravesar fácilmente con un mondadientes o una brocheta de bambú).
3. Ponga el agua, la salsa de soja y el azúcar en una cacerola y caliéntelos hasta que la mezcla burbujee. Baje el fuego y añada la fécula de patata disuelta en agua*. Remueva hasta que el glaseado espese.
4. Ponga los boniatos fritos en la cacerola del glaseado y mézclelo todo hasta que los boniatos estén bien cubiertos de glaseado.
5. Añada las semillas de sésamo y mézclelo todo de nuevo.

* Para hacer la salsa de *katakuriko* de patata, mezcle bien 2 cucharaditas de fécula de patata (*katakuriko*) con 4 cucharaditas de agua fría en una taza. Añada la mezcla al líquido caliente.