
Zuppa di miso con tofu e gamberetti

Autore: Cristina Orlandi

Fonte: Città Nuova

Un'idea perfetta per tutti coloro che amano cimentarsi nella preparazione (e soprattutto nella degustazione) di pietanze insolite.

Il misoshiru è una zuppa tipica giapponese che può essere cucinata in molte varianti. Quella proposta vede l'aggiunta di tofu e gamberetti. Un'idea perfetta per tutti coloro che amano cimentarsi nella preparazione (e soprattutto nella degustazione) di pietanze insolite.

Ingredienti per 4 persone

100 gr di gamberetti, 100 gr di spinaci, 2 cucchiaini di olio di sesamo, 1 carota, dashi (preparato per brodo di pesce tradizionale giapponese, ottenuto con tonno secco e alghe), 1 panetto di tofu fresco, 1 porro, erba cipollina, 1 cucchiaino di miso (prodotto con fagioli di soia bolliti in acqua salata, fatti fermentare con un enzima "koji" per alcuni mesi), acqua, 50 gr di alghe brune (wakame), q.b. di pepe nero.

Preparazione

Porre in un tegame l'olio di sesamo e farvi saltare il porro (o una piccola cipolla) e le carote tagliati a rondelle, versarvi circa 700 ml di acqua, aggiungere il dashi, far cuocere a fuoco molto basso, quindi aggiungere gli spinaci (o verza) tagliati molto finemente, il tofu a cubetti e l'alga wakame, tagliuzzata in precedenza e lasciata in ammollo per dieci minuti.

Cuocere per quindici minuti, quindi aggiungere i gamberi e porre un colino al centro della pentola in cui mettere due cucchiaini, o più a vostro gusto, di miso, lasciare che l'acqua calda, che però non deve bollire, lo sciolga. Facilitare lo scioglimento girando con un cucchiaino. Non salare, poiché il miso è già molto saporito.

Presentazione

Prima di servire macinare del pepe nero e spolverare con erba cipollina. Accompagnare con del riso stufato.