



BERENJENAS AL ESTILO CHINO

Ingredientes (para 3/4 personas):

- 600 g berenjenas (peso neto)
 - 2 dientes de ajo
 - Piñones al gusto
 - 150 g arroz jazmín
 - ½ cucharadita de jengibre en polvo
 - 15 g maizena (= almidón de maíz)
 - 1 cucharada de vinagre de arroz
 - 15 g maizena
 - 50 ml agua
 - 6 cucharadas de salsa de soja
 - Sal
-

Elaboración:

1. Lavar y secar las berenjenas, retirar la parte superior y cortar en trozos regulares de unos 3 cm.
2. Colocar en un bol con agua y sal y dejar 15 minutos para que pierdan el amargor.
3. Cocer el arroz en abundante agua hirviendo con sal el tiempo que indique el fabricante.
4. Pasado ese tiempo escurrir el arroz, refrescar con agua fría y reservar.
5. Para preparar la salsa mezclar con varillas en un bol la salsa de soja, el vinagre de arroz, el agua, el jengibre en polvo y 15 g de maicena. Reservar.
6. Tostar los piñones en una sartén sin nada de aceite con cuidado de que no se quemem (se pueden tostar en el horno).



7. Tras 15 minutos escurrir las berenjenas, lavar y secar de nuevo y verter en una cazuela o sartén con un buen chorro de aceite de oliva.
 8. Incorporar los 15 g de maicena restantes y mezclar bien para que forme una película transparente alrededor de las berenjenas que aporte una textura crujiente en el exterior.
 9. Cocinar a fuego medio/bajo durante 10 minutos y remover con frecuencia.
 10. Retirar la berenjena y rehogar los dientes de ajo prensados en ese mismo aceite hasta que estén ligeramente dorados, pero sin que se quemem porque amargan.
 11. Añadir nuevamente las berenjenas reservadas y la salsa y dejar el conjunto a fuego bajo durante 3 minutos.
 12. En este tiempo la salsa espesará y envolverá completamente las berenjenas creando una textura melosa y untuosa.
 13. Retirar del fuego y servir acompañado de arroz, espolvoreado con perejil fresco picado y unos piñones tostados ¡¡UNA DELICIA!!
- * Cuidado con dejar las berenjenas al aire libre porque se oxidan rápidamente en contacto con el oxígeno y se ennegrecen.*
- * Para cocer el arroz es conveniente mantener una ebullición suave, remover a menudo para que no se pegue y dejar tapado, pero con una parte abierta para que respire.*