

## TIPS PARA LA COCINA

**La salsa de soya**

Es ideal para acompañar comidas ya sean verduras fritas, arroz, empanizados, al igual que sopas, incluso algunas gotas agregadas a aderezos de ensaladas, además también puede ser incluida con las carnes ya que su sabor es ideal para marinarlas o freírlas como pescado, pollo, res, cerdo etc.

**Truquitos para el cilantro**

El cilantro fresco nunca se cocina porque el calor destruye totalmente su aroma y sabor. Debe conservarse en el refrigerador dentro de envases herméticos, procurando consumirlo en pocos días, ya que se marchita rápidamente. No debe secarse ni congelarse porque pierde el aroma.



**GERHARD  
GSTREIN**  
Gerente de alimentos  
y bebidas  
Sociedad Unión Quito

# ROLLOS DE CAMARONES a la soya agri dulce

**Para los rollos:**

- 16 hojas de masa de arroz
- Agua fría

**Para el relleno:**

- 16 camarones grandes pelados y limpios
- 1 rama de apio pelado
- 1 zanahoria pelado
- 1 pepino pelado sin semillas
- 1 rama de cebolla blanca
- Un poco de cilantro.

Corta los camarones a lo largo, por la mitad. Corta las legumbres en palitos de 5 mm de ancho y de 5 cm de largo. Remoja las hojas de arroz hasta que se ablanden en el agua fría. Retíralos y colócalos encima de una tabla. Arregla en el centro los vegetales, los camarones y una ramita de cilantro.

Cúbrelos con la parte de abajo enrollándolo firmemente, cúbrello con los lados hacia la mitad para obtener un rectángulo y enróllalos firmemente hasta el final de la masa. Continúa el proceso hasta que obtienes 16 rollos. Cocínalos al vapor por unos 3 minutos y sírvelos con la salsa.

Si deseas este plato como una opción vegetariana elimina los camarones y reemplázalos con otro vegetal como zuchinis, hongos u otros, la cocción se reduzca a unos 2 minutos.

**Para la salsa:**

- 1 taza de salsa soya
- 1 taza de miel de abeja
- 1 cucharada de vinagre de arroz
- 1 cm de raíz de jengibre pelada

Mezcla todos los ingredientes y cocínalos a fuego lento por unos 10 minutos. Al final retira el jengibre.

