

**GYOZA O JIAOZI VEGAN ALLA  
PIASTRA ( RAVIOLI  
GIAPPONESI/CINESI) ACCOMPAGNATI  
DA SALSA PICCANTE**



Viaggieassaggifelici.blog

*Viaggiando con amore*  
blog di viaggi e cucina vegana

## MENU DELLE FESTE 2021



### ANTIPASTI

- SUSHI CRUDISTA VEGANO
- RICOTTA DI SESAMO
- INSALATA RUSSA CRUDISTA
- PATÉ CRUDISTA DI SEMI
- GYOZA O JIAOZI VEGAN ALLA PIASTRA ( RAVIOLI GIAPPONESI/CINESI ) ACCOMPAGNATI DA SALSA PICCANTE

### PRIMI PIATTI

- ♣ QUICHE LORRAINE CRUDISTA DI FUNGHI E OLIVE TAGGIASCHE
- ♣ LASAGNE CON RAGÙ DI JACHFRUIT CON CREPES DI MAIS E BESCIAPELLA DI YOGURT DI SOIA
- ♣ CREPELLE DI CASTAGNE RIPIENE DI RAGÙ DI CARCIOFI
- ♣ GNOCCHI DI RISO
- ♣ LASAGNE BIANCHE DI PANE CARASAU CON SUGO DI BROCCOLI E FUNGHI CHAMPIGNON CON BESCIAPELLA DI VERDURE

### SECONDI PIATTI

- STROGANOV VEGANO CON JACHFRUIT
- ARROSTO DI JACHFRUIT E CECI CON SALSA AI FUNGHI
- STOCCAFISSE MANTECATO VEGANO ( SOIAFISSE )
- OSSOBUCO VEGAN ALLA MILANESE
- ROTOLO DI POLLO VEG .RIPIENO DI AFFETTATO ,UVETTA E PISTACCHI

### INSALATE E CONTORNI

- ♣ INSALATA BERGERA DELLE LANGHE CON ROBIOLA AUTOPRODOTTA
- ♣ INSALATA CIPRIOTA
- ♣ INSALATA DI PATATE ALLA CIPRIOTA
- ♣ INSALATA CON FIORI EDULI DI ROSA, FIORDALISO E CALENDULA
- ♣ TRIS DI PURÉ (GIALLO DI PATATE, VERDE DI PISELLI ,ARANCIONE DI CAROTE)

### DOLCI

- CHRISTMAS CAKE BRITANNICA VEGANA (TORTA DI NATALE BRITANNICA IN VERSIONE VEGANA)
- TRONCHETTO DI CAPODANNO
- VEGAN TARTE TATIN RIVISITATA CON CREMA DI HAHÍ CRUDISTA
- CIOCCOLATINI RIPIENI MISTI

### PANE , CRACKERS E GRISSINI

- CRACKERS ALL'ORIGANO CRUDISTI
- GRISSINI CRUDISTI AL ROSMARINO

### VINI

- BIANCO: PIEVALTA , VERDICCHIO DEI CASTELLI DI JESI CLASSICO SUPERIORE DOC ( BIO , E CERTIFICATO VEGAN )
- ROSSO: AVIGNONESI , VINO NOBILE DI MONTEPULCIANO DOCG ( BIO E CERTIFICATO VEGAN )

### SPUMANTE

- SANTA TRESA IL GRILLO VINO SPUMANTE BRUT ( BIO E VEGAN )

*New Year  
New Me!*



ViaggieAssaggifelici  
2021

<https://viaggieassaggifelici.blog/2021/12/22/crea-il-tuo-menu-vegan-delle-feste-natalizie-con-le-ricette-di->



[viaggiassaggifelici/](http://viaggiassaggifelici/)



GYOZA O JIAOZI VEGAN ALLA PIASTRA ( RAVIOLI GIAPPONESI/CINESI) ACCOMPAGNATI DA SALSA PICCANTE



GYOZA O JIAOZI VEGAN ALLA PIASTRA ( RAVIOLI GIAPPONESI/CINESI) ACCOMPAGNATI DA SALSA PICCANTE

1° ANTIPASTO DEL MENÙ VEGAN DELLE FESTE NATALIZIE DI [Viaggi&AssaggiFelici](http://Viaggi&AssaggiFelici)

*I gyoza o Jiaozi sono ravioli giapponesi/cinesi, antipasto che va servito irrorato o accompagnato da una salsa di soia "insaporita".*

*La mia è naturalmente una versione VEGANA, con granulare di soia e gustosissime verdure !!!*

*Perfetti per gli amanti della cucina orientale come me !!!*

## **Ingredienti**

### **1. PER I RAVIOLI ( 30)**

- 250 GR DI FARINA ( io ho usato un mix naturale 100 semola integrale + 100 farina 0 + 50 integrale)
- 130 ML DI ACQUA
- 2 CUCCHIAI DI OLIO EVO
- 1 PIZZICO DI SALE ROSA DELL'HIMALAYA

### **2. PER IL RIPIENO**

- GRANULARE DI SOIA 100 gr
- 1 zucchina verde
- 1 CAROTA
- PISELLI 150 gr
- 1 CIPOLLA
- BRODO VEGETALE
- SALSA TAMARI
- Sale q.b.

### **3. PER LA SALSA PICCANTE**

- 80 ml SALSA TAMARI
- PEPERONCINO FRANTUMATO
- ERBA CIPOLLINA
- 2 CUCCHIAINI ZENZERO IN POLVERE
- 2 CUCCHIAI DI ACETO DI MELE
- 1 PIZZICO DI AGLIO IN POLVERE

# Procedimento

- Prepara la salsa tritando 1/2 cipolla, aggiungendo lo zenzero in polvere , l'erba cipollina e l'aglio, 2 cucchiaini di aceto di mele, 80 ml di salsa tamari.
- Mettete in una ciotola la farina a fontana quindi aggiungere con 2 cucchiaini di olio e versare l' acqua a filo
- Impastare fino ottenere un impasto omogeneo, liscio ed elastico, quindi formare una palla, coprire con della pellicola e mettere da parte per circa 30 minuti
- Fai un soffritto in padella con l'altra mezza cipolla , la zuccina e la carota tutti tritati , il granulato di soia precedentemente reidratato in acqua, i pisellini.
- Copri con brodo vegetale
- Una volta cotti sfuma con salsa tamari.
- Stendi uno strato sottile di impasto e forma dei dischi con l'aiuto di un coppapasta o un bicchiere
- Riempi con un cucchiaino di impasto e chiudi pinzando la pasta con le dita a mezzaluna o a fagottino.
- **IN PADELLA o WOK** :Cuoci in padella o wok con un goccio di olio evo , fate fare la " crosticina"alla parte inferiore dei ravioli a diretto contatto con la piastra leggermente unta , aggiungete 50 ml di acqua e salsa tamari per pochi minuti, con coperchio e continuate a cuocere a fiamma dolce per 10 minuti circa.



## GYOZA O JIAOZI VEGAN ALLA PIASTRA ( RAVIOLI GIAPPONESI/CINESI)



## PRONTI DA CUOCERE







## GYOZA O JIAOZI VEGAN ALLA PIASTRA ( RAVIOLI GIAPPONESI/CINESI)



## PRONTI DA CUOCERE



***Servite con la salsa piccante !!!***

*Potrete congelarli sia da crudi ,che da cotti ( come ho fatto io)proprio come piatto finito ,ed in questo ultimo caso basterà poi metterli in padella ed aggiungere un po' d'acqua ed un goccio salsa tamari e lasciare scongelare i **gyoza** fino a completa evaporazione.*

*Se ti è piaciuta questa ricetta e/o la riprodurrai ,fammelo sapere con un #like o un commento qui sotto l'articolo e nel mio gruppo facebook !!!*

*Condividila sui social usando i tasti in cima e in fondo all'articolo oppure lasciarmi un commento! Per te è un clic, per me una grandissima soddisfazione!*