

Mochi de membrillo

Ingredientes (8-10 unidades) :

- 60 g de harina de arroz glutinoso
- 2 c/s de azúcar
- 80 g de agua
- Almidón de maíz
- 100 g de dulce de membrillo



Elaboración:

1. Poner el agua y el azúcar en un recipiente apto para microondas y remover hasta que se disuelva.
2. Añadir la harina de arroz glutinoso y mezclar con unas varillas hasta obtener una masa homogénea.
3. Tapar e introducir en el microondas. Cocer durante un minuto a máxima potencia. Sacar el bol del microondas y dejar reposar un minuto sin destapar.
4. Disponer la masa cocida sobre una superficie espolvoreada previamente con almidón de maíz.
5. Estirar la masa hasta obtener un grosor de 1cm y espolvorear por encima también con almidón.
6. Cortar en 8 – 10 porciones individuales. Cortar también el dulce de membrillo en 8 – 10 dados en función de las porciones de masa.
7. Para cada porción de masa, disponer en el centro un dado de dulce de membrillo y doblar formando una bola (espolvorearse las manos con almidón para evitar que la masa se pegue en las manos).
8. Reservar y servir a temperatura ambiente.



Observaciones y recomendaciones:

Se pueden preparar mochis de diferentes sabores, a su vez aptos en caso de diarrea usando como relleno manzana cocida, pera cocida o plátano maduro. En caso de insuficiencia renal será necesario valorar si realizar modificaciones en la receta es adecuado.



Valoración nutricional por ración:

Energía	Proteínas	Grasas	Carbohidratos
74,99 kcal	0,56 g	0,07 g	17,90 g

