



# RECEITAS DA FIA

## Rolinho Primavera (Harumaki)

[www.receitasdafia.com/receitas/rolinho-primavera-harumaki](http://www.receitasdafia.com/receitas/rolinho-primavera-harumaki)

Aprenda a fazer seus próprios rolinhos primavera e se delicie no conforto do seu lar.

Rolinho Primavera (Harumaki)

 40 min

 30 porções

### Ingredientes

#### MASSA

- 1 colher (chá) de sal
- 500 g de [farinha de trigo](#)
- 500 ml de água
- Óleo para fritar

#### RECHEIO

- 300 g de [repolho](#)
- 150 g de [carne bovina moída](#)
- 100 g de [cenoura](#) ralada
- Pimenta-do-reino a gosto
- 1 colher de [gingibre](#) ralado
- [shoyo](#) a gosto
- Sal a gosto
- 2 colheres de azeite
- 1 [cebola](#) picada

## Modo de Preparo

### MASSA

1. Coloque a farinha, a água e o sal, e mexa delicadamente com colher de pau até ficar com consistência pegajosa.
2. Aqueça uma frigideira untada com um pouco de óleo ou manteiga, despeje uma concha pequena de massa, espalhando por toda a frigideira.
3. Deixe a massa fritar até desgrudar, do mesmo modo que panqueca (vai começar a subir umas bolhas parecido com os do pão árabe).
4. Os discos de massa já estão prontos para serem recheados e fritos.

### RECHEIO

1. Corte o repolho em tiras finas.
2. Prepare o recheio fritando a cebola, após murchar acrescente a carne e frite bem, acrescente a cenoura e o repolho.
3. Tempere com pimenta, sal, gengibre e acrescente o shoyo.
4. Deixe esfriar.
5. Coloque pequenas porções de recheio em cada massa.
6. Prepare uma mistura pequena de farinha de trigo misturada com água. Será a “colinha” dos rolinhos. Reserve.
7. Enrole o rolinho com as mãos.
8. Dobre suas laterais fazendo um envelope cole o rolinho deixando-o bem firme.
9. Em panela funda, coloque bastante óleo para esquentar.
10. Frite os rolinhos em óleo bem quente.
11. Sirva com molho de Shoyo ou molho Tarê.