

## **NISHIME DI VERDURE**

3 cm di alga Kombu ammorbidita in acqua e tagliata a quadretti

mezza tazza di daikon tagliato a rotelle spesse 1 cm e poi in quarti

mezza tazza di carote tagliata a tocchi regolari

mezza tazza di zucca delicia o mantovana tagliata a dadi di 2-3 cm con tutta la scorza

1 tazza di cavolo verza tagliato a pezzi grossi

acqua

sale marino

tamari

Mettete la kombu sul fondo di una pentola pesante di acciaio inossidabile e stratificate le verdure seguendo questo ordine: daikon, carote, zucca, e in ultimo il cavolo. Versate nella pentola circa 1-2 dita di acqua e aggiungete due granelli di sale, in modo da esaltare il sapore dolce delle verdure. Portate a bollore coprite e abbassate la fiamma al minimo. Cuocete a fuoco lento per circa 30-35 minuti. Insaporite con un pochino di tamari e continuate a cuocere per alcuni minuti fino a che quasi tutto il liquido non si sia asciugato. Mescolate le verdure tra loro e versatele su un piatto da portata.

\*la grandezza della tazza sceglierela in base alla quantità di persone che devono mangiare, tenendo conto che ogni strato di verdura deve completamente coprire il diametro della pentola. La misura con le tazze è necessaria in quanto le verdure devono avere lo spesso volume.