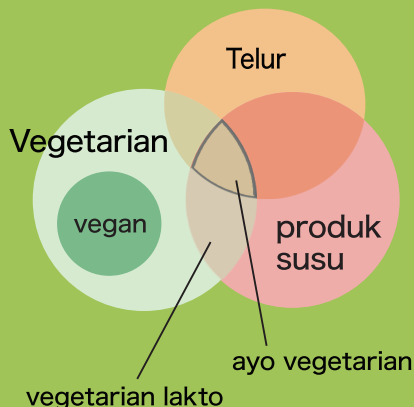




Apa itu Vegetarian?

A vegetarian is someone who avoids animal-based foods in their diet. There are different types, such as lacto-vegetarians who consume dairy products and ovo-vegetarians who eat eggs.

Di antara mereka, vegan mengikuti pola makan nabati yang ketat dan tidak mengonsumsi daging, ikan, telur, produk susu, atau madu. Mereka juga menghindari bahan yang berasal dari hewan dalam pakaian dan produk sehari-hari. Menjadi vegetarian mengacu pada pola makan, sedangkan menjadi vegan mencerminkan seluruh gaya hidup.



Resep Dikembangkan oleh : Yuki Ohki (Gyoza no Ippo)

Recipe

Resep

Gyoza Vegetarian



Lebih Rendah Kalori dari Gyoza Daging Sebesar Satu Mangkok Nasi



Bahan

Semua bahan berasal dari Prefektur Miyagi.

Daging Kedelai 800g	Bawang Putih Cincang 120g
Ampas Sake 100g	Jahe Cincang 50g
Kubis 300g	Saus Tiram※1 100g
Sawi Putih 300g	Kecap Asin※2 50g
Kucai 200g	Minyak Wijen 40g
Bawang Bombay 250g	Lada Hitam 5g
Jamur Shiitake 200g	Lada Jepang 3g

※1 Menggunakan Saus Tiram Vegan Wan Ja Shan

※2 Menggunakan Kecap Asin Halal Kikkoman