

Sushi



BASES QUE APRENDEREMOS

- Sushi- Zu
- Shari

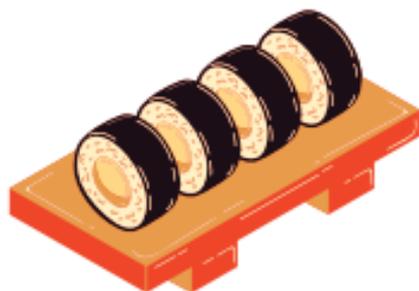


Qué te enseñaremos

Para nuestro armado de makis, veremos cortes y el debido uso de nuestra alga Nori, así como los gramajes ideales para emplear bien el Shari (arroz de sushi), distribución del Shari sobre el alga Nori. Además de cortes y gramajes ideales para hosomakis, futomakis, uramakis, sashimis y nigiris.

El conocimiento, uso y materialidad de los cuchillos será primordial para lograr un trabajo cada vez más fino, para ello haremos una breve introducción sobre algunos cuchillos que giran en torno al mundo del sushi, sus usos, el filo y el porque de sus composición y formas.

Para finalizar terminaremos por poner en práctica todo lo aprendido y nos daremos el tiempo de lograr un buen emplatado.





Ingredientes Japoneses

A continuación entregamos una lista de ingredientes que se compran listos para su uso:

- Hondashi
- Katuobushi (Bonito deshidratado)
- wasabi
- Jengibre
- Salsa Teriyaki
- Salsa Spring Roll (Dulce y picante)
- Ajinomoto
- Vinagre de arroz
- Soya Japonesa (no china, ya que tienen sabores completamente diferentes)
- Salsa Unagui (Agridulce)

Arroz

Sushi-zu (vinagre para el arroz)

Para nuestro aderezo de arroz usaremos 500 ml de vinagre de manzana, 250 a 400 gr de azúcar, agregaremos una cucharada de sal para realzar sabores y como extra rodajas de naranja y/o Limón amarillo más cortes de jengibre, manzana verde y/o Piña. Luego cocinaremos la mezcla a fuego lento durante 15 min para lograr fundir el azúcar y la sal, finalmente lo dejaremos reposar hasta que se enfríe.





Arroz

Shari, Procedimiento arroz para sushi

- Antes de disponernos a cocinar nuestro arroz haremos un lavado previo del grano de arroz (que debe ser ancho y corto), las veces que sea necesario para quitarle todo el almidón y nuestra agua quede casi transparente y no lechosa, luego de esto pondremos a cocinar nuestro arroz.
- Para un kilo de arroz usaremos 1200 ml de agua y cocinaremos entre 20 a 25 minutos, dependiendo de si tenemos arrocera eléctrica u olla convencional, siempre procurar estar pendiente de lo que está pasando en el proceso de cocción.
- Pasado el tiempo de cocción vaciaremos el arroz sobre una batea espaciosa para dejar que el arroz se defina y comience a perder temperatura. Una vez ya este enfriado, agregaremos el sushi-zu (vinagre de arroz) y revolveremos enérgicamente tratando de incorporarlo en todos los granos.
- Finalmente dejaremos reposar nuestro Shari (arroz para sushi) a temperatura ambiente tapado con un paño húmedo para que el aire que circula por el entorno no seque el arroz .



Cocción del pulpo

Es permitido comprar pulpo congelado, el cual debe ser previa y lentamente descongelado en refrigerador para no cortar su cadena de frío, de traer "baba" debe refregarse con abundante sal y luego enjuagarse en abundante agua fría para eliminarla.

Luego: debemos hacer un pequeño sofrito con ajo, jengibre, laurel, despuntes de cebolla y cebollín, luego poner agua fría sobre este sofrito y llevar a ebullición, en este caldo cocinaremos nuestro pulpo.

Agregar al caldo Hondashi (polvo que se compra listo), salsa de soya y aceite de sesamo a gusto.



Cocción del pulpo

Luego sumergir el pulpo completo durante aprox 45 minutos como mínimo, en ese momento cortamos un tentaculo, el mas grande, y revisamos la parte más gruesa que este firme y cocinada.

Retiramos y lo sumergimos en baño de agua fria y hielo para cortar cocción.



Los "must" del Emplatado

- Limpio y ordenado
- Debe verse Fresco
- Debe tener volumen, para esto se usa zanahoria picada muy fina y frita, betarraga, nabo, pepino de ensalada u otro tipo de coronación que definamos según nuestro roll, por ejemplo ceviche o pulpo al olivo

No necesariamente se sirve con wasabi y gengibre.

Nuestro emplatado debe hablar de cómo queremos que el comensal se coma el roll.



TIPS

Frescura del pescado:

- las escamas de este deben brillar, sus ojos deben ser brillantes, transparentes y no deben estar hundidos, y las agallas rojas y húmedas.
- Pescados grises como la corvina y reineta deben tener un color tornasolado en el lomo

Cuchillos:

- Se recomienda utilizar cuchillos largos, ojalá más de 20cm, de filo angosto, y de hoja fina. para e Sashimi se llama Yanagi y es un cuchillo que tiene filo por un solo lado y plano por el otro.

Pescados que pueden usarse en sushi:

Deben usarse pescados que tengan una estructura de carne firme y que no se desarme al filetearlo.