



Sushi casero



(Sugerencia de presentación)

Utensilios típicos

HANGIRI. Es quizá uno de los utensilios más conocidos en occidente. Se trata de un barril de madera de ciprés donde se enfría el arroz una vez se ha hervido.

MAKISU. La famosa estera de bambú enrollable.

SHAMOJI. Paleta de madera para arroz.



HOCHO. Cuchillo de cocina especial para cortar sushi y filetear pescado.

RYORIBASHI. Palillos de cocina.

MAKIYAKINABE. Sartén de tortilla rectangular o cuadrada.

SAIBASHI. Palillos de madera para cocinar.



Ingredientes básicos

(se suelen obtener en herboristerías y en tiendas de comestibles orientales.)

Wasabi: *pasta a base de nabo verde chino extremadamente picante, se usa en cantidades muy pequeñas, tan solo oler el polvo hace humedecer los lagrimales. Su efecto no es muy prolongado comparado con guindillas u otros picantes. Se usa en cantidades mínimas para apenas pintar el sushi maki u cualquier otra variedad. También se utiliza para apreciar cada uno de los diferentes sabores entre trozo y trozo de sushi. Tiene propiedades antisépticas y antibacterianas, antiguamente antes de las neveras se utilizaba para conservar carnes y pescados impregnándolos con una pasta a base de wasabi.*

Alga Nori: *alga seca en la que se enrolla el arroz para formar los royos de sushi (maki).*

Salsa de soja: *una salsa de color oscuro con sabor agri dulce en la que se sumerge con la que se baña el sushi antes de ingerir.*

Pescado: *Crudo se recomienda atún rojo y salmón, también se usa caballa, incluso bacalao y salmón ahumado. Se puede poner cualquier pescado que nos guste.*

Marisco: *surimi, gambas, langostinos, pulpo, almejas, huevas de pescado incluso ostras,*

Fruta y verdura: *aguacate, mango, piña carlota, pepino, pimiento rojo entre otro*



¿Cómo preparar el arroz?

Medida de arroz y cocción: depende del tipo de arroz, lo ideal es que se trate de un arroz específico para sushi, pero para una versión casera con arroz bomba es suficiente. Por lo general la medida es vaso de arroz por vaso y medio de agua.

Instrucciones: lavar muy bien el arroz un mínimo de 5 veces, con abundante agua y frotándolo, de manera que suelte el almidón poco a poco el agua saldrá menos turbia, esto hará que el arroz quede más suelto. Una vez enjuagado el arroz se deposita en una olla sin agua, una vez añadido el arroz añadiremos el agua proporcional a la medida indicada, durante los primeros 10 minutos dejaremos la olla tapada para que empiece a hervir, los siguientes 10 minutos bajaremos el fuego al mínimo sin quitar la tapa, solo para remover, tras este periodo a fuego mínimo lo dejaremos reposar otros 5-7 minutos.

Prepararemos en un vaso una mezcla de vinagre azúcar y sal en proporción 2-1-1 pellizco de sal para 2 vasos de arroz se recomiendan 6 cucharadas soperas de vinagre, tres de azúcar y media de sal. Lo agitamos y dejamos preparado.

Extendemos el arroz en una superficie, tradicionalmente se hace sobre madera, y vertimos el vinagre mezclado sobre el arroz, dándole vueltas y enfriándolo preferiblemente con un abanico.

Dejamos el arroz reposar hasta que este frio, debe quedarse suelto y algo pegajoso a la vez.

Tipos de sushi:

Hay múltiples posibilidades para trabajar el arroz y conseguir diferente manjares, hay sushi que no lleva pescado, simplemente verduras, otro con cangrejo o langostino cocido incluso pulpo, como siempre hablamos de sushi casero intentaremos usar ingredientes más cotidianos. Aun así explicaremos las diferentes formas de sushi que podemos trabajar.

***Nigiri:** no lleva alga Nori, son bolitas de arroz cubiertas con diferentes capas finas de pescado langostino, pulpo entre otras posibilidades, como tortilla china, también puede realizarse un agujerito tipo volcán y rellenarse con huevas de pescado, tapándolo con arroz o alguna fina capa de pescado. Este tipo de sushi juega mucho con los colores en la presentación.*



***Maki:** rollito de arroz, pescado, palitos de cangrejo, verduras como pepino, aguacate mango, zanahoria envueltos en alga nori. Existen múltiples posibilidades según gustos, puede hacerse con el alga hacia afuera del rollo (maki) o hacia adentro y luego rebozar en rollito en sésamo urimaki.*

Para preparar este sushi necesitaremos el makisu (esterilla) el que cubriremos con papel celofán para evitar que el arroz se pegue, extenderemos el alga nori y lo cubriremos de arroz en una capa fina (0,5 cm de grosor aprox.), colocaremos los ingredientes cortado en finas tiras en uno de los extremos de la alga con el arroz, y enrollaremos despacio con ayuda del makisu, para que

se quede cerrado el rollo mojaremos el final del alga con un poco de agua con lo que se quedara pegado y cerrado



Temaki: *varia en la forma, dándole forma de cono al alga nori y relleno con menos arroz y más variedad de ingredientes.*

Sashimi: *son las fetas delgadas de pescado que corta el sushiman (especialista que corta el pescado con cuchillos especiales (hocho)). Cada pescado requiere cierto corte que cambia el gusto en el paladar.*

Gunkansushi: *son bollos de arroz pero rodeados de algo nori. Se crea una cuna que se rellena de huevos de pescado, caviar, o de pescado picado bien pequeño.*