

Sushi pro děti

- **Uramaki sushi**
 - **Maki sushi**
 - **Rozvar na rýži**
-

Uramaki sushi



Ingredience

- 1/2 kg rýže na sushi
- řasa nori
- okurka, avocado, paprika, atd.
- krabí tyčinky
- sezam, kaviár tobiko, atd.
- japonská majonéza



Příprava

Obalte si bambusovou rohožku asi třemi vrstvami potravinové fólie. Archy řas nori přepůlte (pokud máte čtvercové), položte lesklou stranou na rohožku a naneste přibližně 100 g rýže po celé ploše řasy. Posypte lžičkou sezamu a celé otočte řasou nahoru. Na řasu naneste trochu majonézy. Podélně rozpůlte krabí tyčinku, odkrojte asi 3 mm silný a 7 cm dlouhý plátek slupky okurky a nakrájejte na tenké nudličky, rozpůlte avokádo, nakrájejte z něj podélně čtyři "měsíčky", oloupejte a nakrájejte na podobné nudličky jako okurku. Tyčinku, čtvrtinu nudliček okurek a avokáda rozložte na řasu a zarolujte. Krájejte na 8 kousků.

Podávejte s wasabi, zázvorem a sójovou omáčkou.



Počet porcí

5



Doba přípravy

30 minut



Maki sushi



Ingredience

- 1/2 kg rýže na sushi
- 1 balení řasy nori
- tuňák, losos, krevety, avokádo, zelenina
- na hosomaki se používá asi 80 g sushi rýže
- na uramaki (obrácené rolky) asi 100 g
- na futomaki (silné rolády) asi 220 g

Množství rýže



Příprava

Rýže: prvním předpokladem pro dobrou šarí je nákup kvalitní suroviny, nejlépe japonské rýže s kulatějším zrnem. Rýži musíte dobře proprat pod tekoucí vodou, jemně míchat a drhnout, až z ní začne vytékat průzračná voda. Po uvaření nechte ještě přibližně deset minut odstát a smíchejte ji v nějaké větší nádobě s octovým nálevem. Pečlivě rozmíchejte. Obecně platí, že 1 kg rýže suché = 2 kg rýže uvařené, a na toto množství použijte 2 dl nálevu.

Rýži balíme do řasy nori pomocí bambusové rohožky makisu. Do hosomaki se většinou používá jeden, případně dva druhy náplně, jen výjimečně tři a více. U uramaki je obsah bohatší, asi tak tři i více náplní plus ještě něco na "obalení". U futomaki je obsah nejbohatší. I pět náplní a více, ale není to pravidlo, jen pomůcka. Do hosomaki používáme hlavně ryby, ale i zeleninu. Nejznámější jsou tekamaki s tuňákem a sakemaki s lososem.

TIP: při míchání rýži chladte vějířem nebo stolním ventilátorem.



Počet porcí

5



Doba přípravy

40 minut



Rozvar na rýži



Ingredience

- 600 ml rýžového octa
- 100 ml Sake - (volitelné)
- 200 g soli
- 1 kg cukru
- 1 limetka (šťáva)



Příprava

Na jeden kg uvažené rýže potřebujeme cca 1dcl rozvaru (je to ale opravdu cca. resp. je nutné dochucovat podle chuti).

Není nutné si doma připravovat rozvar z 1kg cukru, stačí si recept přenormovat třeba na 10 procent, to jest... 100g cukru, 20g soli, 60ml octa, 10ml sake, pár kapek limet. šťávy.



Počet porcí

600 ml



Doba přípravy

30 minut

