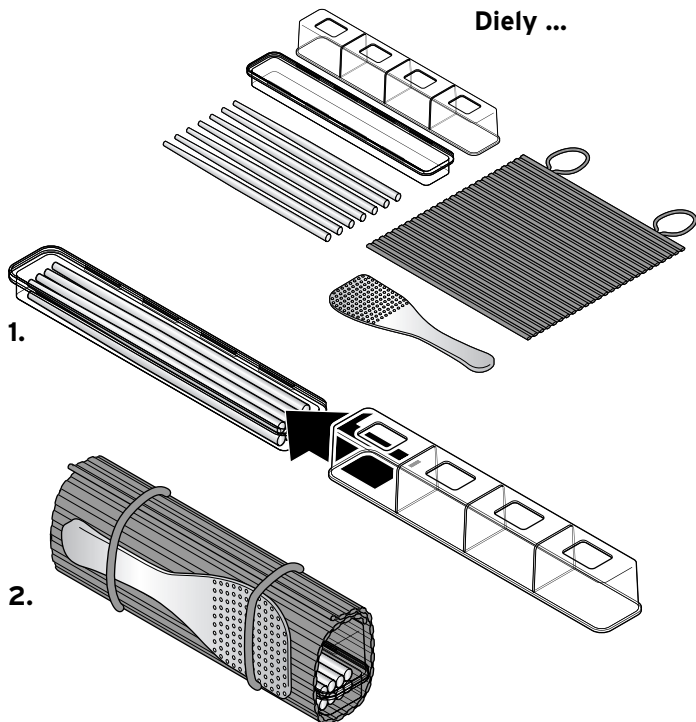


Diely ...

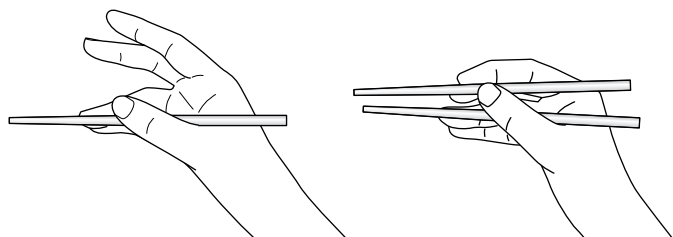


1.

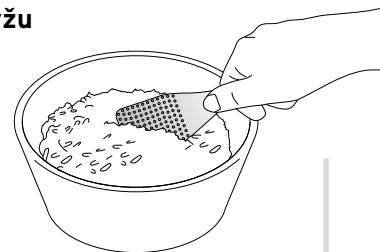
2.

... priestorovo nenáročné
uschovanie

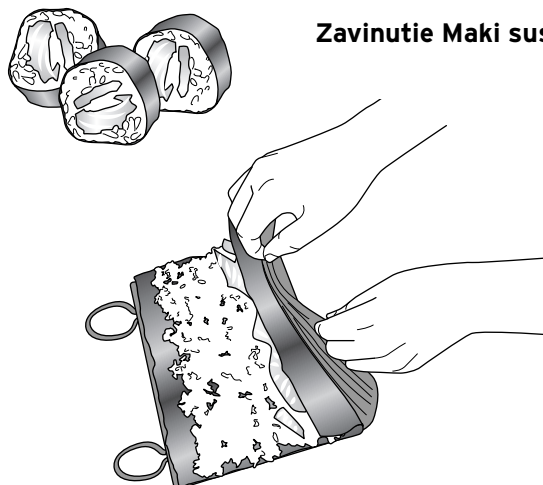
Paličky sa držia takto



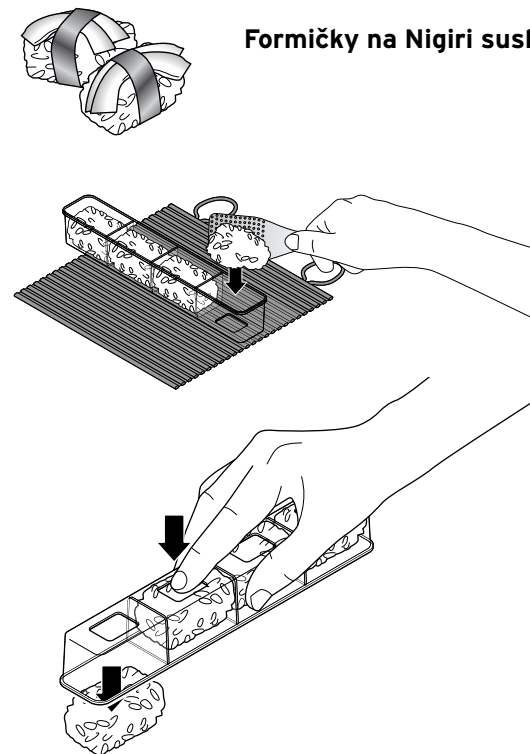
Opatrne zmiešajte sushi ryžu
a octovú zmes



Zavinutie Maki sushi



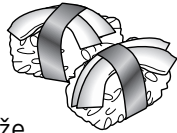
Formičky na Nigiri sushi



Číslo výrobku: 328 783

Made exclusively for: Tchibo GmbH, Überseering 18,
22297 Hamburg, Germany, www.tchibo.sk

Nigiri sushi s avokádom



- 1 avokádo
- 1 porcia omáčky Ponzu
- 1 plátok rias Nori
- 250 g uvarenej sushi ryže
- 1-2 ČL pasty Wasabi
- Shichimi Togarashi (jap. zmes korenín, alternatívne)

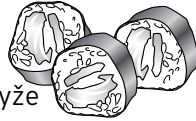
Na 12 ks | príprava cca 15 min.

1. Rozpoľte avokádo a odstráňte z neho kôstku. Olúpte avokádo a nakrájajte dužinu na 24 plátok. Potrite plátky avokáda trochu omáčky Ponzu a zvyšok omáčky nalejte do misiek na dip.
2. Nožnicami nastrihajte plátok rias Nori na dvanásť rovnako veľkých pásikov s rozmermi cca 1,5 cm x 12 cm. Vo formičkách vytvarujte z ryže dvanásť kvádkov na Nigiri sushi (otočte na druhú stranu).
3. Na každý ryžový kvádkik pridajte malý hrášok pasty Wasabi a rozotrite ju. Na ňu uložte 2 plátky avokáda a dochuťte štipkou zmesi korenín Shichimi Togarashi (podľa chuti).
4. Zaviňte ryžu a avokádo do pásika z rias Nori, koniec pásika na spoji zľahka zatlačte a krátko podržte. Pásik z rias Nori sa za pár sekúnd prilepí sám. Ak nie: na zlepenie spoja použite zrnko ryže. Naaranžujte misky na dip s omáčkou Ponzu a avokádové Nigiri sushi.



Nekrájajte na podložke a nepoužívajte žiadne špicaté a ostré predmety.

Maki sushi s lososom



- 200 g filiet z lososa
- 2 plátky rias Nori
- 300 g uvarenej sushi ryže
- 1-2 ČL pasty Wasabi
- studená octová voda

Na 24 ks | príprava cca 15 min.

1. Nakrájajte rybie filety na 4 pásy s dĺžkou takmer 20 cm a hrúbkou 1 cm. Prepoľte nožnicami plátky rias Nori. Namočte si ruky do octovej vody a straste prebytočnú vodu.
2. Uložte pol plátku rias Nori na podložku na prípravu sushi dlhšou stranou nadol. Vlhkými rukami naň uložte vrstvu zo 75 g sushi ryže, na dlhšej strane hore pritom nechajte voľný okraj široký cca 1,5 cm. Vedľa voľného okraja nechajte trochu vyššiu vrstvu ryže ako na zvyšku plátku rias Nori. V spodnej tretine ryžovej plochy natrite sprava doľava pás z pasty Wasabi (1/2 ČL). Uložte naň pás z rybej filety.
3. Zaviňte plátok rias Nori s ryžou a rybou pomocou podložky na prípravu sushi do rolky, rolujte smerom od tela. Počas zaviňania rolku jemne stlačte podložkou na prípravu sushi a následne ju úplne zaviňte. Vyberte rolku, uložte ju na podložku na krájanie spojom nadol a ostrým nožom ju nakrájajte na šesť kúskov. Po každom reze otrite čepeľ vlhkou handrou. Ďalšie tri rolky zaviňte a nakrájajte rovnakým spôsobom.

Sushi ryža

Sushi ryža je guľatozrná ryža z Japonska alebo Kórey, medzičasom aj z Kalifornie, ktorá sa veľmi špecificky lepí. Iné druhy ryže sa na sushi nehodia.

- 350 g ázijskej, lepivej ryže na sushi
- 600 ml vody
- 100 ml ryžového octu, jemný
- 1 PL cukru
- 1 ČL soli

Príprava cca 20 min. | odležanie 1 hod.

Najdôležitejším úkonom pri príprave sushi ryže je umytie ryže, ktorá tak získatie správne lepivé vlastnosti!

1. Nasypte ryžu do misky, naplňte do nej čistú, studenú vodu a premiešajte v nej ryžu rukami. Vylejte zakalenú vodu a znovu naplňte čistú. Tento úkon opakujte, kým voda nezostane čistá. Nechajte ryžu dobre odkvapkať v sitku.
2. Privedte ryžu vo vode vo veľkom hrnci do varu a varte ju na najnižšom stupni prikrytú pokrievkou 15-20 minút.
3. Odstráňte hrniec z varnej dosky, vložte medzi hrniec a pokrievku kuchynskú utierku a nechajte ryžu zväčšovať svoj objem ďalších 10 minút.
4. Zohrievajte v hrnci ocot, soľ a cukor, kým sa všetky ingrediencie nerozpustia.

5. Nasypte ryžu do veľkej misky, pokropte ju octovou zmesou a premiešajte ju lyžicou na ryžu pohybmi pripomínajúcimi rezanie (ryžu nemiešajte a nemieste príliš intenzívne, aby sa ryža príliš nelepila). Nechajte ju vychladnúť.

Tip: Na formovanie ryže rukami zmiešajte v miske na prsty studenú vodu a pár kvapiek ryžového octu. Namočte si v nej ruky, otraste prebytočnú vodu a následne formujte ryžu.

Omáčka Ponzu

Omáčku Ponzu si môžete kúpiť ako hotový produkt v ázijských reštauráciách alebo si ju môžete pripraviť sami. Vlastná omáčka vám v chladničke vydrží aj 4 týždne. Na prípravu omáčky Ponzu existuje mnoho rôznych receptov. My sme pre vás našli jeden celkom jednoduchý.

- 100 ml sójovej omáčky
 - 50 ml vína Mirin (alebo iného ryžového vína)
 - 100 ml citrónovej šťavy
 - 2 PL práškového cukru
- ▷ Povarte v hrnci krátko víno Mirin alebo iné ryžové víno. Nechajte ho vychladnúť a pridajte ostatné prísady.

Recepty na sushi:

Schválené právo na reprodukciu pre Tchibo GmbH

© 2016 GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH

Všetky práva vyhradené