

SUSHI MESHU Y SUSHI-ZU

7 a 8 veces pasamos por el agua o hasta que quede limpio para quitar el almidón.

Dejamos reposar entre 1 y 10 horas max.

Proporción arroz/agua 1/1,20

- 100 g de arroz 120 cl de agua
- 200 g de arroz 240 cl de agua
- 250 g de arroz 300 cl de agua
- 500 g de arroz 600 cl de agua

Llevar a ebullición, tapar y bajar fuego al mínimo dejando de 10 a 15 minutos de cocción a presión sólo agua proporción (en vitro de 1-10 poner en potencia 3).

Dejamos reposar otros 10 minutos tapado y fuera del fuego.

Poner en el hangiri y enfriar moviendo con una paleta de madera y el abanico, hasta temperatura ambiente. Macerar con vinagre de arroz, azúcar y sal

- 100 g / 20 vinag. / 5 g azúcar / 2,5 g sal
- 250 g / 45 vinag. / 12 g azúcar / 6 g sal
- 500 g / 100 vinag. / 25 g azúcar / 12 g sal

DASHI

Kombu dashi (65-70°) 1h o 12 h 5°

- 1 l de agua mineral
- 20 g de alga kombu

Katsou dashi (igual + dejar bajar el katsoubusy y filtrar) 5-10 minutos

- 35 g de bonito seco katsoubushi
- Shiitake dashi igual kombu + 15 minuto 100° con seta
- 35 g de shiitake

SOPA MISO

El miso blanco o amarillo. Shiromiso 5% de sal es más dulce El miso rojo. Akamiso. 13-15% de sal que se elabora con arroz El miso negro. Kuromiso. 15% de sal y elaborado sólo con soja. 3 años.

- 50 g de miso blanco
- 10 ml de agua
- 500 ml de dashi
- 10 g de alga wakame
- 150 g de tofu fresco, no curado
- 50 cebolletas tiernas o brotes

Calienta el caldo dashi 60° a hervir y añade wakame, mientras disuelve la pasta de miso antes. Cortar tofu y cebolletas.

MAGURO KIMUCHI

- 300 g de atún rojo (Maguro)
 - 50 g de puerro (parte verde)
 - 100 ml de salsa de soja japonesa
 - 30 ml de salsa kimuchi
 - 30 ml de mirin
 - ▼ 15 ml de aceite de sésamo
 - ▼ Semillas de sésamo tostado
 - ▼ 50 g de pepino para decorar
- Cortar y dejar reposar tapado en la nevera una media hora

TERIYAKI

"Teri" que significa "barniz" y "yaki", "parrilla"

- 1 kg de panceta ibérica fresca
- 100 ml de sake
- 100 ml de salsa de soja
- 15 ml de mirin
- 15 ml de azúcar moreno
- ▼ 7 g de fécula de maíz

Todos los ingredientes menos panceta en fuego medio (reducir) poner con 6-12 horas. 150° horno / 3 h cada 15 minutos pasar pincel.

SAKURA MARU

- 400 g salmón
- Zumo de 8 limas
- 15 g de jengibre
- 5 ml de salsa de soja
- 12 g de mirin
- 5 ml de aceite de sésamo
- 5 g de ajo
- 15 g de cilantro
- 50 g de cebolleta

Elaborar leche de tigre y preparar en tiraditos, mezclar y presentar

TAMAGOYAKI DASHI MAKI TAMAGO

- 5 huevos medianos
 - 12,5 cl de caldo dashi
 - 45 g de azúcar
 - 15 g de sal
 - 15 ml de salsa de soja
 - Aceite de oliva virgen extra (AOVE)
- Batir todo - aove, calentar sartén y poner aove, ir echando cantidad equivalente a 1 huevo, separar de los lados y doblar de fuera a dentro 3 veces, trasladar hacia el final y repetir hasta el final de la mezcla.

TATAKI TOSA-MI

- 500 g de salmón fresco
 - 45 ml de semillas de sésamo tostado
 - 15 ml AOVE
 - 45 g de jengibre encurtido
- Marinado

- 50 ml de sake
 - 50 ml de soja
- Para la salsa
- 5 ml de aceite de sésamo
 - 2 g de wasabi
 - 30 ml de sake
 - 15 g de azúcar
 - 15 ml de mirin
 - 15 ml de salsa de soja

Marinamos 30 minutos, secamos, aceite y cubrimos con sesamo, pasamos por la sartén y dejamos reposar 15 m

SALSA PONZU (SUSHI-SASHIMI)

- 50 ml zumo de naranja / 30 ml zumo de limón / 30 ml lima
 - 150 cl salsa de soja.
 - 100 Mirin
 - 2 cucharadas soperas de katsoubu
- Calentar mirin, dejar ebullición y reducir a la mitad, sumar todo y dejar en frío 8 horas, cuela y sirve

MAHONESA JAPONESA

- 200 ml de aceite de girasol
- 1 huevo
- 1 cucharada de salsa de soja
- 20 ml vinagre de arroz
- 15 g de jengibre
- 2 g de wasabi

SHOYU RAMEN

- 250 g de panceta teriyaki / Tofu
- 2,5 litros de dashi
- 4 huevos o trozos de tamagoyaki
- 1 paqueta de fideos soba o udon
- ajo fino cortado

- jengibre fresco cortado fino
- 15 ml de AOVE
- 15 ml de sake
- 15 g de sal
- 15 g de azúcar
- 30 ml de salsa de soja

Sofríe con AOVE el ajo y el jengibre, retiralos, añade del dashi 100°, + azúcar, sal, sake y sopa. Añade la panceta en tiras de un bocado, los huevos, los fideos, todo junto y sirve.

TEMPURA | TAKA SASAKI

- Un bol de agua con hielo (sólo usaremos 250 cl y puede ser con gas)
- 200 gramos de harina de trigo
- una pizca de sal y otra de azúcar
- Yema de huevo

SALSA TENTSUYU

- 120 ml dashi
 - 30 ml soja
 - 30 ml mirin
 - 30 g de azúcar
- Hervir 5 minutos

SALSA TENTSUYU

- 120 ml dashi
 - 30 ml soja
 - 30 ml mirin
 - 30 g de azúcar
- Hervir 5 minutos

SUSHI

Maki (Futomaki y hosomaki) / Uromaki o california rolls / Nigiri / Temaki (cono) / Gunkan (armado) / Onigiri (rectangular) / Omusubi (Triángulo)

ESPECIAS CONDIMENTOS

Ito togarashi (guindilla en hilos)
Shichimi Togarashi (Chile de 7)
Wasabi (1:1)
Daikon (nabo)

La Cocina



[www] <http://koketo.es>

[Fb] <http://facebook.com/chefkoketo>

[Tw] @chefkoketo

[Instagram] @jorgehdezalonso