

Listado de Ingredientes a utilizar en Nivel 1:

- 1 pote chico de queso Finlandia o Philadelphia
- 1 lata de atún en lomo al natural
- 1/2 litro de vinagre de alcohol (Menoyo) o de arroz Opcional (4 veces más cara)
- 100 grs de Sal fina
- 1kg de azúcar blanca
- 1kg de arroz “Dos Hermanos” o Asahi Koshihikari para sushi tipo 00000. (Caja Roja o Negra de ASAHI)
- 3 paltas para comer en el día no tienen que estar duras ni muy blandas.
- 1 pepino (Si consiguen Japones mejor) si no común.
- 1 atado de Ciboulette
- Sésamo Tostado (Mix Blanco y Negro) si no un solo color
- 1 paquete de Algas de Nori (10 unidades) • 50 grs. De Wasabi
- 1 esterilla de Bambú
- 400 grs de Salmon crudo (preferentemente de la parte del lomo)
- 6 colas de langostinos
- 1 paquetito de Panko (opcional pan rallado)
- 100 grs de Harina 000

En amarillo los ingredientes que si o si necesitamos para el curso.

Todos estos elementos son los ideales. Si no tienes o no conseguís algunos de estos no te hagas problema, lo que si consultame previamente en caso de dudas, Mi whatsapp es 15-3092-3738

Elementos de Cocina a utilizar

- Olla grande para el arroz
- Olla chica para la vinagreta
- Cuchillo bien afilado
- Mangas descartables para la mezcla del atún y el queso (en lo posible, no es mandatorio)
- Tabla de corte
- Taza medidora (usa siempre la misma como medida para todo)
- Ventilador o Abanico para enfriar el arroz
- Espátula para mover el arroz y enfriar
- Esterilla para armar los rolls y makis
- Frasco de vidrio con Tapa para conservar la vinagreta
- Fuente o recipiente plástico de diámetro grande y baja para desparramar bien el arroz y no amontonarlo porque se apelmaza
- 1 mixer en lo posible!
- Fuentes para guardar la verdura y el pescado
- Pinza de depilar para sacar las espinas(o pedir el pescado sin espinas)
- Repasadores para limpiar

- Papel film para envolver la esterilla y conservar verdura y pescado
- Papel aluminio para tapar la olla y cocinar el arroz(en caso que no tengan tapas las ollas)
- Vajilla para Sushi (palitos y recipiente para la soja– Pueden usar los platos que tengan en casa)
- Platos planos o tablas para presentar las piezas
- Cucharas, cucharitas y recipientes usos varios
- Papel absorbente o servilletas de papel