

# Clase Intensiva de Sushi

---

SEGUINOS EN INSTAGRAM: SOMOS @SUSHI\_DISTINTO O  
VISITA NUESTRA PAGINA EN [WWW.SUSHIDISTINTO.NET](http://WWW.SUSHIDISTINTO.NET)

Redzio, Victor Hugo  
SUSHIDISTINTO | CELULAR:15-3092-3738



### Preparación del Arroz:

Significado de la Palabra Sushi: Arroz avinagrado

Origen: japonés

Preparación del Arroz: Lavar el arroz doble carolina unas 8 veces con agua fría.

El método es simple y sencillo, dentro de la olla con arroz, agregar agua, remover y posteriormente con cuidado quitar el agua.

Repetir esta misma operación 8 veces para quitar lo máximo posible el almidón, entre enjuague y enjuague, el agua se va aclarando.

Una vez enjuagado el arroz, quitar todo el agua y para la cantidad de arroz que utilices, agregar la misma proporción de agua.

Ejemplo: 1 kg. De Arroz, agregar 1 litro de agua.

Cocción:

Si lo vas a preparar en olla, recomiendo que en la parte de abajo, le pongan papel de aluminio para que no se pegue tanto a la olla, si lo van a realizar en arroceras no.

Al hacerlo en olla, el tiempo a cocinar el mismo, son 22 minutos, siempre tapado!!!

A los 11 minutos, levantar la tapa y remover un poco el arroz y volver a tapar rápidamente. Cocinar a fuego medio durante 22 minutos, **tapado**, una vez que pasen los 22 minutos, apagar el fuego y dejarlo tapado durante 15 minutos más.

Sacar el arroz de la olla y pasarlo a una fuente, agregar vinagre de Sushi con el arroz caliente (Siempre con el Arroz Caliente) y mezclar hasta que todo el arroz contenga Vinagre de Sushi.

Para un kilo de arroz gohan, se agregaran 220 CM3 de Vinagre de Sushi.

### Vinagre de Sushi:

Ingredientes:

1 litro de vinagre de alcohol o vinagre de arroz

1 kilo de azúcar

50 grs de Sal.

Preparación:



Mezclar todo en una olla y ponerlo a fuego fuerte a cocinar, una vez integrado y la mezcla rompa el hervor, apagar el fuego

Se puede usar tanto caliente como frío, pero recomiendo que el vinagre esté a temperatura ambiente.

*Dato: En caso que no quieran preparar el vinagre, este preparado se vende en el barrio chino.(ahorran un paso)*

### **¿Qué tipo de sushi Vamos a Preparar?**

**Maki Sushi: Arrollado de 1 solo ingrediente.** El "sushi en rollos" se monta colocando el arroz sobre una lámina de algas *nori* secas, y rellenándola con verduras o pescado. Ocasionalmente el *nori* es reemplazado con una lámina delgada de tortilla francesa (la tortilla siempre suele llevar un poco de azúcar). Utilizando una esterilla de bambu llamada *makisu* enrolla el conjunto y se cierra humedeciendo el borde de la lámina de algas para que se pegue. Finalmente, se corta el rollo en porciones de unos dos centímetros de grosor; aproximadamente salen entre seis y ocho piezas.

**Uramaki: Arrollado de arroz y alga de nori.** El "sushi del revés". Es un sushi de mediano tamaño y cilíndrico, con dos o más rellenos. El uramaki difiere de los otros sushis en que el arroz está en el exterior y el nori se encuentra adentro. El relleno está en el centro rodeado por una capa de nori, luego una capa de arroz, y aparte otros ingredientes como huevas o semillas tostadas de sésamo.

**Nigiri Sushi: Bollitos de arroz con Salmon por encima.** Es posiblemente la forma más común de sushi en Japón. El "sushi amasado" es similar al *oshi*, pero se moldea a mano en forma de varilla o blonga; encima de un bloque de arroz se coloca pescado, marisco u otro ingrediente plano, normalmente sazonado con algo de wasabi, y a veces se añade una fina tira de alga para mantener el pescado en su sitio.

### **Variedad de Rolls a preparar**

1. **New york Roll: Arroz, Alga de Nori, Pepino, Salmon Rosado y Sésamo Tostado.**
2. **Maki de Salmon: Alga de Nori, Arroz y Salmon Rosado.**
3. **Maki de Pepino: Alga de Nori, Arroz y Pepino.**
4. **Tuna Roll: Atun, Queso Finlandia, ciboullete y Sesamo.**
5. **Nigiris Salmon: Arroz, Salmon Rosado.**
6. **Palta Roll: Arroz, Alga de Nori, Salmon Cocido, Queso Finlandia, cobertura de Palta.**

Nota: Algunos Rolls pueden variar de acuerdo a época del año.



### **Preparación del Salmon cocido:**

Cortar bastones de Salmon rosado de 1 cm de lado aproximadamente cada uno.

Ponerlo en asadera con Fritolin por debajo y luego por encima del salmon.

Cocinar 3 minutos, luego agregar salsa de soja, cocinar 2 minutos mas.

Sacar del horno y dejarlo enfriar para usarlo en Rolls.

### **Preparación de Langostinos apanados.**

Limpiar los langostinos, pasarlos por harina 000, luego por huevo y por ultimo por Panko(Pan rallado japonés)

Al finalizar, pincharlos con un palito de brochette para que el langostino no se tienda a cerrar.

Freir en aceite a 180grados por 3 minutos.