**6 rodzajów sushi, których możesz nie znać.**

**Inari sushi, a może chirashi sushi – czym różnią się od siebie poszczególne rodzaje sushi? Z jakich składników się składają? Jakie są nietypowe i mało rozpowszechnione rodzaje sushi? Jak prawidłowo ugotować ryż? Dziś przedstawiamy przewodnik po świecie mniej znanych japońskich przysmaków.**

Sushi popularne w Polsce jest już od dawna, a co ciekawe jest dostępne w wielu restauracjach również w tych mniej znanych i mniej oczywistych dla Polaków formach. Oprócz dobrze znanych nam już rodzajów takich jak: nigiri czy maki, warto poznać bardziej nietypowe odmiany sushi. Oto kilka przykładów:

Ø Inari sushi - rodzaj sushi, w którym gotowany ryż jest pakowany do torebki z cienkiego tofu, a następnie moczony w słodkim sosie sojowym.

Ø Chirashi sushi - forma sushi bez zawijania, w którym gotowany ryż jest podawany na dnie miski, a na wierzchu układane są różne kawałki ryb, owoce morza i warzywa.

Ø Temaki sushi - rodzaj bardzo prostego sushi, do którego nie potrzeba maty bambusowej. Arkusze nori zawija się w kształt rożka, a do środka wkłada się składniki.

Ø Oshi sushi - rodzaj sushi, w którym składniki są układane warstwami na dnie drewnianej prostokątnej formy. Po wyjęciu z naczynia sushi jest krojone na kawałki przypominające kształtem prostopadłościany.

Ø Oyakomaki – czyli ryż uformowany w kulki i owinięty surową rybą, w środku wypełnione farszem (jajkiem przepiórczym albo ikrą).

Ø Temari sushi – podobnie jak w przypadku oyakomaki ich podstawę stanowi kulka ryżu przykryta dodatkowym składnikiem. Dużą wagę przywiązuje się do ich wyglądu. Potrafią wyglądać jak prawdziwe małe dzieła sztuki. Nazwa pochodzi od „temari” – piłeczek tradycyjnie wykonanych z różnobarwnego jedwabiu, kiedyś służących do zabawy, a dziś spełniających funkcje dekoracyjne.

Istnieje jeszcze wiele innych nieoczywistych rodzajów sushi, które są charakterystyczne dla różnych regionów Japonii. Każdy z nich ma swoje unikalne cechy i smaki, których zdecydowanie warto spróbować.

**Czy nietypowe sushi można zrobić w domu i jak ugotować idealny ryż?**

Czasem trudno znaleźć w restauracji czy sklepie mniej popularne rodzaje sushi. Jak w takim razie ich skosztować? Dobrym rozwiązaniem jest samodzielne wykonanie sushi w domu.

**Ryż to podstawa.** Na początku należy zadbać o to, by kupić odpowiedni rodzaj. Ten powinien odznaczać się wysoką kleistością i posiadać niewielkie nasiona, aby łatwo uformować go w różne kształty. Do przygotowania idealnej konsystencji konieczne jest również dodanie zaprawy do ryżu, składającej się z cukru, octu i wody, na rynku dostępne są gotowe mieszanki np. marki House of Asia.

Od czego zacząć? Na początku kilkukrotnie wypłucz ryż tak, by woda miała bezbarwny kolor, jest to bardzo ważny krok. Jeżeli posiadasz w domu ryżowar, to miarką dołączoną do zestawu odmierz ryż i dodaj do miski ryżowaru w stosunku 1:1. Zamknij i gotuj zgodnie z instrukcją. Jeżeli nie masz specjalistycznego sprzętu, nic straconego, użyj garnka z grubym dnem. Wsyp przepłukany ryż w proporcji jedna szklana ryżu do jednej szklanki wody, zakryj garnek pokrywką i gotuj przez 10 minut aż ryż wchłonie wodę. Po tym czasie zdejmij garnek z kuchenki i odstaw pod przykryciem na 15 minut. Bez względu na sposób gotowania do przestudzonego ryżu musimy dodać wspomnianą wcześniej zaprawę. Sprawdźcie na opakowaniu, ile dokładnie sugeruje producent, ale standardowo jest to 1 łyżka na jedną szklankę surowego ryżu. Natomiast jeżeli lubicie słodko-kwaśny smak możecie dodać troszkę więcej zaprawy.

**Co dalej? Przydatne tipy do przyrządzenia sushi.**

**Wybierz najlepsze składniki:** dobrej jakości ryż, świeże, surowe ryby, warzywa i dodatki, to zdecydowanie klucz do udanego sushi.

**Pamiętaj o dobrych narzędziach do pracy**: warto mieć w domu bambusową matę oraz ostre noże do krojenia składników.

**Pamiętaj, aby składniki odpowiednio pokroić i przygotować**. Ważne jest, aby nie przesadzać z ilością nadzienia, ponieważ zbyt dużo składników może uniemożliwić ładne zwinięcie sushi, a co więcej duży kawałek sushi będzie po prostu trudno włożyć do ust

**Twórz różnorodne kombinacje:** eksperymentuj z różnymi kombinacjami składników, aby odkryć swoje ulubione smaki i połączenia. Czasami te nieoczywiste mogą się okazać strzałem w dziesiątkę.

**Pamiętaj też o prezentacji:** sushi to nie tylko pyszne jedzenie, ale również sztuka podania i prezentacja. Nasz wzrok je pierwszy, dlatego warto zadbać o estetykę swojego sushi, a jedzenie będzie smakować jeszcze lepiej. Nie bez powodu sushi w Japonii podawane jest na deskach lub specjalnych do tego celu ozdobnych talerzach.

Gotowi do przygotowania własnego sushi? Przedstawiamy przepisy na popularne rodzaje, ale także mamy propozycje dla fanów eksperymentów.

**[Przepisy]**

**Chrupiące futomaki z łososiem w tempurze**

**Składniki:**

400 g **Ryżu do sushi House of Asia**

6 **Listków nori House of Asia** przeciętych w połowie w pionie

120 ml **Octu ryżowego House of Asia**

150 g **Panierki do tempury House of Asia**

5 łyżek cukru

150 g polędwicy z łososia, pokrojonej w paski na szerokość listków nori

1 świeży ogórek, bez nasion, pokrojony w 7 cm cienkie słupki

6 łyżek serka śmietankowego

500 ml oleju, do smażenia

**Do podania:**

**Sos sojowy Premium House of Asia**

**Sposób przygotowania:**

1. Ryż przygotowujemy zgodnie ze wskazówkami na opakowaniu i zalewamy sosem do sushi.
2. Listek nori kładziemy pionowo na macie (błyszczącą stroną do dołu) i układamy na nim ryż, zostawiając od góry pusty pasek szerokości 1 c m.
3. Przy dolnej krawędzi smarujemy ryż warstwą serka. Na nim układamy łososia i ogórka. Zwijamy delikatnie rulon.
4. Tempurę przygotowujemy zgodnie ze wskazówkami na opakowaniu. W rondel ku rozgrzewamy olej.
5. Rulon panierujemy najpierw w suchej tempurze, następnie maczamy go już w przygotowanej tempurze. Wrzucamy go na rozgrzany do 180º C olej. Smażymy przez 2 minuty i natychmiast wyjmujemy na papierowy ręcznik.
6. Przekładamy na deskę. Za pomocą ostrego noża, gotową rolkę kroimy na 5 kawałków. Gotowe sushi podajemy z sosem sojowym.

**Futomaki z łososiem i szparagami**

**Składniki na ryż:**

250 g **Ryżu do sushi House of Asia**

4 łyżki **Octu ryżowego House of Asia**

320 g wody

1,5 łyżki cukru lub erytrolu

1 płaska łyżeczka soli

Dodatkowo:

4 **Liście nori House of Asia**

**Imbir różowy House of Asia**

**Sos sojowy do sushi Premium House of Asia**

1 opakowanie **Pasty wasabi S&B**

150 g świeżego łososia

125 g serka kremowego

3 zielone szparagi lub ½ ogórka

½ małej marchewki

½ awokado

**Sposób przygotowania:**

1. Ryż dokładnie przepłucz kilka razy w misce, każdorazowo wylewając wodę. Następnie zalej ryż 320 ml wody, zagotuj i gotuj jeszcze 2 minuty. Zmniejsz gaz do minimum, przykryj garnek folią aluminiową i pokrywką i paruj tak przez 20 minut.
2. Ocet podgrzej, a następnie rozpuść w nim cukier i sól. Ryz po ugotowaniu wyłóż na deskę, żeby odparował. Polej zalewą, wymieszaj i ostudź.. W międzyczasie pokrój łososia i warzywa.
3. Na macie do sushi połóż listek nori (chropowatą powierzchnią do góry). Ułóż na nim zwilżonymi palcami ryż, zostawiając ok. 2 cm wolnego miejsca na górze. Nie dociskaj ryżu, tylko delikatnie go rozprowadź. Następnie, około 1 cm od dolnej krawędzi listka, rozsmaruj kremowy serek. Następnie wyciśnij pastę wasabi i ułóż paski dodatków: łososia, awokado, szparagi i marchewkę.
4. Zwijaj rolki sushi od dolnej strony, korzystając przy tym z matki. Zwijaj całość do momentu, aż matka obejmie wszystkie dodatki. Całość dociśnij dokładnie palcami od spodu przez matkę. Odsłoń jej górną część i zawijaj ciaśniej, po czym znowu dociśnij, aż zawiniesz całą rolkę.
5. Pokrój sushi na pół i na mniejsze kawałki. Podawaj z dodatkowym wasabi, różowym imbirem oraz sosem sojowym.

**Uramaki i kaburamaki sushi**

Składniki:

400 g **Ryżu do sushi House of Asia**

6 **Listków nori House of Asia**

120 ml **Octu ryżowego House of Asia**

6 pasków **Rzodkwi marynowanej House of Asia**

6 łyżek cukru

1 papryka pokrojona w cienkie słupki

12 paluszków surimi

3 łyżki kolorowego sezamu

6 łyżeczek serka śmietankowego

50 g surowego fileta z łososia

1 awokado

**Do** **podania**:

**Sos sojowy House of Asia**

**Imbir marynowany House of Asia**

**Pasta wasabi House of Asia**

**Sposób przygotowania:**

1. Ryż przygotuj wg. przepisu na opakowaniu.
2. **Uramaki**: Liść nori połóż na bambusowej macie, błyszczącą stroną do dołu i ułóż na nim cienką warstwę ryżu, zostawiając od góry i od dołu pusty pasek o szerokości 1,5 cm. Ryż będzie się łatwiej nakładać, jak zwilżysz dłonie wodą.
3. Ryż posyp sezamem i odwróć listek tak, aby ryż znalazł się pod spodem. Rozsmaruj na dole liścia 1 łyżeczkę serka śmietankowego i ułóż surimi, paprykę i rzodkiew. Zwiń ciasno rulon. Dla ułatwienia krojenia, ostrze noża zwilż wodą. Rulon pokrój na 10 kawałków.
4. **Kaburamaki**: Łososia pokrój na cienkie plastry 2 x 5 cm. Awokado obierz ze skóry, wyjmij pestkę i pokrój w cienkie plastry.
5. Liść nori połóż na bambusowej macie, błyszczącą stroną do dołu i ułóż na nim cienką warstwę ryżu, zostawiając od góry i od dołu pusty pasek o szerokości 1,5 cm. Ryż będzie się łatwiej nakładać, jak zwilżysz dłonie wodą.
6. Odwróć listek tak, aby ryż znalazł się pod spodem. Rozsmaruj na dole liścia 1 łyżeczkę serka śmietankowego i ułóż surimi, paprykę i rzodkiew. Zwiń ciasno rulon. Dla ułatwienia krojenia, ostrze noża zwilż wodą. Rulon pokrój na 10 kawałków.
7. Na każdym kawałku ułóż naprzemiennie plastry łososia i awokado.
8. Uramaki i kaburamaki podawaj z sosem sojowym, odrobiną pasty wasabi oraz marynowanym imbirem.

**Wegetariańskie sushi z awokado**

**Składniki**:

250 g **Ryżu do sushi House of Asia** (wystarczy na 4 rolki)

2 **Liście nori House of Asia**

1 łyżeczka **Pasty wasabi S&B**

1 łyżeczka **Czarnego** lub **Białego sezamu House of Asia**

2 dojrzałe awokado, pokrojone na cienkie i szerokie plastry

75 g opakowania serka Philadelphia

**Do podania:**

**Sos sojowy Premium House of Asia**

**Imbir do sushi różowy House of Asia**

**Sos teriyaki House of Asia**

Sposób przygotowania:

1. Ugotuj ryż zgodnie z przepisem na opakowaniu.
2. Połóż połowę liścia nori na macie bambusowej owiniętej folią spożywczą.
3. Nałóż ryż rozciągając go na całym liściu, następnie odwróć ryżem do dołu.
4. Rozsmaruj serek Philadelphia, wasabi i awokado. Zwiń rolkę i na wierzch ułóż szerokie plastry awokado.
5. Sushi pokrój na 6 kawałków i podaj z sosem sojowym i pastą wasabi.
6. Na koniec posyp białym lub czarnym, sezamem.
7. Podawaj sushi z sosem sojowym Premium i imbirem.