Což takhle dát si sushi?



Co je sushi vlastně zač?

Sushi je asijská specialita, jejíž kořeny sahají až do 4. století př. n. l. Tehdy se nasolené syrové ryby obalené rýží skladovaly v zemi. Rýže se před konzumací odstranila. **Forma sushi, jakou známe dnes, se ovšem poprvé objevila až v 19. století v Tokiu.** Jednalo se občerstvení podávané o přestávkách při divadelních představeních.

Kolik druhů znáš, tolikrát jsi gurmánem

Přestože se souhrnně používá pro tento pokrm název sushi, existuje mnoho variant, s nimiž se setkáte. Mezi nejčastější patří:

- **Maki sushi** – nejběžnější druh sushi, jedná se o **rýži zabalenou spolu s rybou nebo zeleninou v mořské řase**, vzniklá rolka se pak krájí na kolečka.
- **Nigiri sushi** – ručně vytvarovaný **váleček rýže potřený křenem wasabi, na který je položen plátek ryby nebo zeleniny**.
- **Sashimi** – tenké **plátky ryby nebo mořských plodů podávané se syrovou zeleninou** (maso je krájeno specifickým způsobem, aby vždy chutnalo co nejlépe a zůstalo jemné).

- **Temaki sushi – plátek řasy stočený do kornoutu, plněný čerstvými rybami**, mořskými plody a zeleninou.

Jak připravit sushi?

Pokud se nechcete plahočit po specializovaných obchodech a shánět všechny ingredience, kupte kouzelnou krabičku (například u Vietnamců nebo v prodejně Makro), v níž kromě mořských řas, rýže, křenu wasabi a sójové omáčky najdete také hůlky a bambusovou podložku, díky níž sushi perfektně zabalíte. Je ovšem třeba sehnat také čerstvé a hlavně kvalitní maso. **Mezi nejčastěji používané ryby a mořské plody patří tuňák, losos nebo krevety.**

Základem všeho je rýže

Rýži odměřte do 250 ml hrnku a properte ji (mnozí Japonci ji propírají až šestkrát!). V hrnci ji zalijte dvojnásobným množstvím vody a nechte ještě 15 minut odstát, poté přiveďte k varu. Vařte asi 10 až 15 minut, aby byla lepkavá, ale nikoliv mazlavá. V misce mezitím smíchejte 200 ml horké vody, 2 polévkové lžíce rýžového octa, polévkovou lžíci sladkého rýžového vína a přidejte sůl dle chuti. Uvařenou rýži přendejte do větší mísy a rozprostřete, aby zchladla. Postupně do ní opatrně přimíchejte připravenou směs. Během tohoto procesu je vhodné rýži ochlazovat (Japonci to například dělají speciálním vějířem).

Maki sushi

Přes bambusovou podložku můžete pro snazší přípravu přendat potravinovou fólii. Na ni položte řasu nori a rozprostřete na ni vrstvu ochucené rýže. Vzdálenější konec řasy nechejte asi půl centimetru prázdný – kvůli snazšímu zabalení. Doprostřed naskládejte vybrané ingredience: tenké plátky tuňáka, lososa, okurky, žluté ředkve… Prázdný konec řasy navlhčete vodou a celou řasu opatrně srolujte. Pro snazší krájení můžete vzniklý váleček před krájením vložit na chvíli do lednice.

Jak sushi podávat a jíst?

Sushi se konzumuje hůlkami – jedná se o jednohubky, které není třeba nijak porcovat. Na jednoho člověka se počítá většinou 6 až 8 kousků sushi. Připravené druhy se namáčí do sójové omáčky, ve které lze podle chuti rozpustit křen wasabi. Jednotlivé kousky se pak zdobí tenkými plátky naloženého zázvoru. U obou ingrediencí važte množství – jedná se o velmi pikantní pochutiny.

Nákupní seznam

Přestože se může zdát, že sushi lze připravit i ze surovin, které máte doma po ruce, nezkoušejte to. Obyčejná rýže nebude držet tvar, klasický ocet ji v žádném případě nedochutí nijak vábně, a pokud vše doladíte ještě nastrouhaným křenem ze zahrádky, dílo bude dokonáno k neštěstí všech strávníků. Také nesázejte na konzervované nebo zmrazené ryby. V košíku by vám naopak měly skončit:

1. sušené plátky mořských řas (nori)
2. lepkavá rýže (nishiki)
3. rýžový ocet (su)
4. rýžové víno
5. kvalitní sójová omáčka
6. mletý japonský zelený křen (wasabi)
7. marinovaný zázvor (bílý nebo růžový)
8. bambusová podložka pro přípravu sushi
9. jídelní hůlky