

## OBSAH

Úvodní slovo.....	4
Poděkování.....	5
Historie.....	6
Druhy sushi.....	8
<b>JAPONSKÉ SUROVINY</b> .....	<b>10</b>
<b>POLÉVKY</b> .....	<b>16</b>
Dashi – základní vývar.....	18
Miso polévka.....	19
Kakitama jiru – vaječná polévka.....	20
Osuimono – polévka s mořskými plody.....	21
<b>SALÁTY</b> .....	<b>22</b>
Sunomono – sladkokyselý salát z okurky a bílé ředkve.....	24
Hijiki no nimono – vařený salát z mrkve a mořské řasy.....	25
Chuka wakame – salát z mořské řasy, hub a sezamového oleje.....	26
Eda-mame – blanšírované sójové lusky se solí.....	27
<b>SUSHI &amp; SASHIMI</b> .....	<b>28</b>
Rýže.....	30
Wasabi.....	32
Nakládaný zázvor.....	33
Tamago yaki – vaječná omeleta.....	34
<b>RYBY A MOŘSKÉ PLODY</b> .....	<b>36</b>
Příprava bílých ryb.....	36
Příprava červených ryb – Losos obecný.....	38
Příprava červených ryb – Tuňák.....	40
Příprava lesklých (stříbrných) ryb a marinování – Marinovaná makrela.....	42
Příprava korýšů a měkkýšů.....	44
Příprava grilovaných a vařených ryb – Grilovaný úhoř.....	46
Zpracování a využití zbytků částí ryb – Škrábané maso ryb, Opečená kůže z lososa.....	47
Pálivá majonéza.....	47
Zelenina.....	48
Futomaki – tlusté rolky krájené na 8 dílů.....	50
Hosomaki – tenké rolky krájené na 6 dílů.....	52
Uramaki – kalifornské obrácené rolky krájené na 6 dílů.....	54
Uramaki – kalifornské rolky se sezamovým semínkem.....	56
Uramaki Rainbow.....	57
Temaki.....	58
Gunkan maki.....	59
Nigiri sushi – ručně formované sushi.....	60
Sashimi.....	62
Chirashi.....	64

Zmrzlina se zeleným čajem Matcha .....	68
Miso dezert – moučník s příchutí miso .....	69
Ovoce .....	70

## TRADIČNÍ JAPONSKÉ NÁPOJE

ČAJ .....	74
Sencha .....	74
Genmaicha .....	74
Hojicha .....	74
Mugicha .....	75
Vaření čaje .....	75
Saké .....	76
Shochu .....	77
Pivo .....	77
Japonská whisky .....	78
Ramune .....	79
Calpis .....	79
UŽITEČNÉ RADY .....	80
Ručníček oshibori .....	80
Hůlky .....	80
Nože vhodné pro japonskou kuchyni .....	81
Brusné kameny .....	81