

OBSAH

Úvodní slovo.....	4
Poděkování.....	5
Historie.....	6
Druhy sushi	8
JAPONSKÉ SUROVINY	10
POLEVKY	16
Dashi – základní vývar	18
Miso polévka	19
Kakitama jiru – vaječná polévka	20
Osuimono – polévka s mořskými plody	21
SALÁTY	22
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
SUSHI & SASHIMI	28
Rýže	30
Wasabi.....	32
Nakládání zázvor	33
Tamago yaki – vaječná omeleta	34
RYBY A MOŘSKÉ PLODY	
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

DEZERTY

66

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

TRADIČNÍ JAPONSKÉ NÁPOJE

72

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