



AUTOUR de ma table

Aimer la cuisine, c'est aussi la partager...



SUSHIS AU SAUMON



Ingrédients pour 10 rouleaux (60 sushi)

- 5 feuilles de nori (feuilles d'algues)
- 300 g de riz à sushi cuit
- ~~Une pincée de pâte de wasabi~~
- 10 languettes de saumon frais de 1/2 cm x 1 cm, de 7-8 cm de long
- 12 cl de vinaigre à sushi
- 1 cuillerée à café de sel marin
- 1 cuillerée à soupe de sucre glace
- 1 makisu (tapis en bambou pour rouler)

Cuisson à la vapeur

- 300 g de riz rond à sushi
- 1,25 l d'eau
- 1 cube de bouillon

Placer le riz dans un saladier pouvant contenir au moins deux fois son volume, remplir d'eau froide.

Remuer rapidement à la main pour éliminer les impuretés. Vider l'eau de lavage en couvrant le riz de votre main.

Renouveler l'opération deux fois.

À la troisième, l'eau doit être claire. Égoutter le riz dans une passoire, pendant au moins 30 minutes.

Si vous utilisez un cuiseur électrique, le mettre en marche après y avoir versé le riz et l'eau. Régler le minuteur; le cuiseur s'arrête quand le riz est cuit.

Si vous cuisez votre riz dans une casserole, le mettre avec l'eau et couvrir. Ne pas soulever le couvercle pendant la cuisson, afin qu'elle soit homogène.

Quand l'eau bout, poussez le feu pendant 3 minutes. Puis réduire le feu (feu moyen) et laissez bouillir 5 minutes.

Réduire encore et continuer à faire bouillir à petit feu de 5 à 10 minutes. Retirer du feu et enlever le couvercle; il ne doit plus y avoir d'eau. Couvrir le riz d'un torchon propre et placer le couvercle dessus. Poursuivez la cuisson 10 à 15 minutes.

Préparation du vinaigre : Assaisonnement à la mode de Tokyo

- 12 cl de vinaigre à sushi
- 1 cuillerée à café de sel marin
- 1 cuillerée à soupe de sucre glace

Préparer le vinaigre pendant la cuisson du riz.

Verser le vinaigre et le sel dans une casserole, mettez à feu doux et remuez jusqu'à ce que le sel soit complètement dissous.

Ajouter le sucre en remuant constamment. Le mélange ne doit pas bouillir. Enlever la casserole du feu.

Mélange du riz et du vinaigre :

Verser le riz chaud dans une bassine non métallique. Étaler le riz à l'aide d'une spatule ou d'une cuiller en bois.

Séparer bien les grains à l'aide de la spatule, mais sans mélanger. Faire un puits au milieu et ajouter lentement le vinaigre pour qu'il parfume tout le riz. Il n'est pas toujours nécessaire d'utiliser tout le mélange; trop de liquide fait coller le riz.

Continuer en soulevant le riz avec la spatule comme si vous coupiez. Laisser refroidir le riz.

Mélanger, refroidir et ainsi de suite jusqu'à ce que le riz soit légèrement gluant sans toutefois devenir collant et que l'assaisonnement soit uniformément réparti. Le riz est maintenant prêt à être roulé en sushi.

Ne pas mettre au réfrigérateur car sinon il ne durcit.



Préparation des sushis :

Coupez une feuille de nori en 2 dans la longueur puis enlevez une bande de 2 cm dans le bas de chaque moitié.

Vous obtenez deux feuilles d'environ 10 x 16 cm.

Placez une feuille sur le makisu, à 2,5 cm du bord vers vous, en la centrant dans la largeur.

Humectez-vous les mains et prenez une petite poignée de riz.

Pressez-le pour en faire un petit pain allongé et placez-le au centre de la feuille de nori, en l'étirant sur toute sa longueur.

Étalez régulièrement le riz sur la feuille d'algue en travaillant de gauche à droite et en laissant une bande de 2 cm apparente sur le bord le plus éloigné.

Faites un petit rebord de riz le long de cette bande pour maintenir les autres ingrédients en place.

~~Mettez une pointe de wasabi sur votre doigt et passez-le de gauche à droite au milieu du riz. Le wasabi s'étalera régulièrement si vous inclinez légèrement le doigt au départ puis l'aplatissez vers la fin.~~

Posez les filets de thon au milieu du riz, ~~sur le trait de wasabi.~~

Placez vos doigts à plat sur le poisson pour qu'il reste en place et redressez le bord du makisu le plus proche de vous avec les pouces. Roulez le makisu en pressant le poisson pour que le rouleau se tienne bien.

Façonnez le rouleau lentement en vous arrêtant au niveau de la bande de nori apparente.

Appuyez légèrement sur toute la surface du rouleau pour le tasser et qu'il soit bien ferme.

Vos pouces maintiennent les extrémités, les autres doigts sont placés sur le dessus.

Décollez le dessus du makisu, faites tourner le rouleau pour que la bande restante vienne se coller dessus et le fermer.

Passez le doigt pour vérifier que le raccord est bien lisse. Roulez le rouleau une dernière fois dans le makisu.

Coupez le rouleau en deux et chaque moitié en trois. Procédez de même avec les feuilles et le riz restant.

<http://cachou66.canalblog.com/>