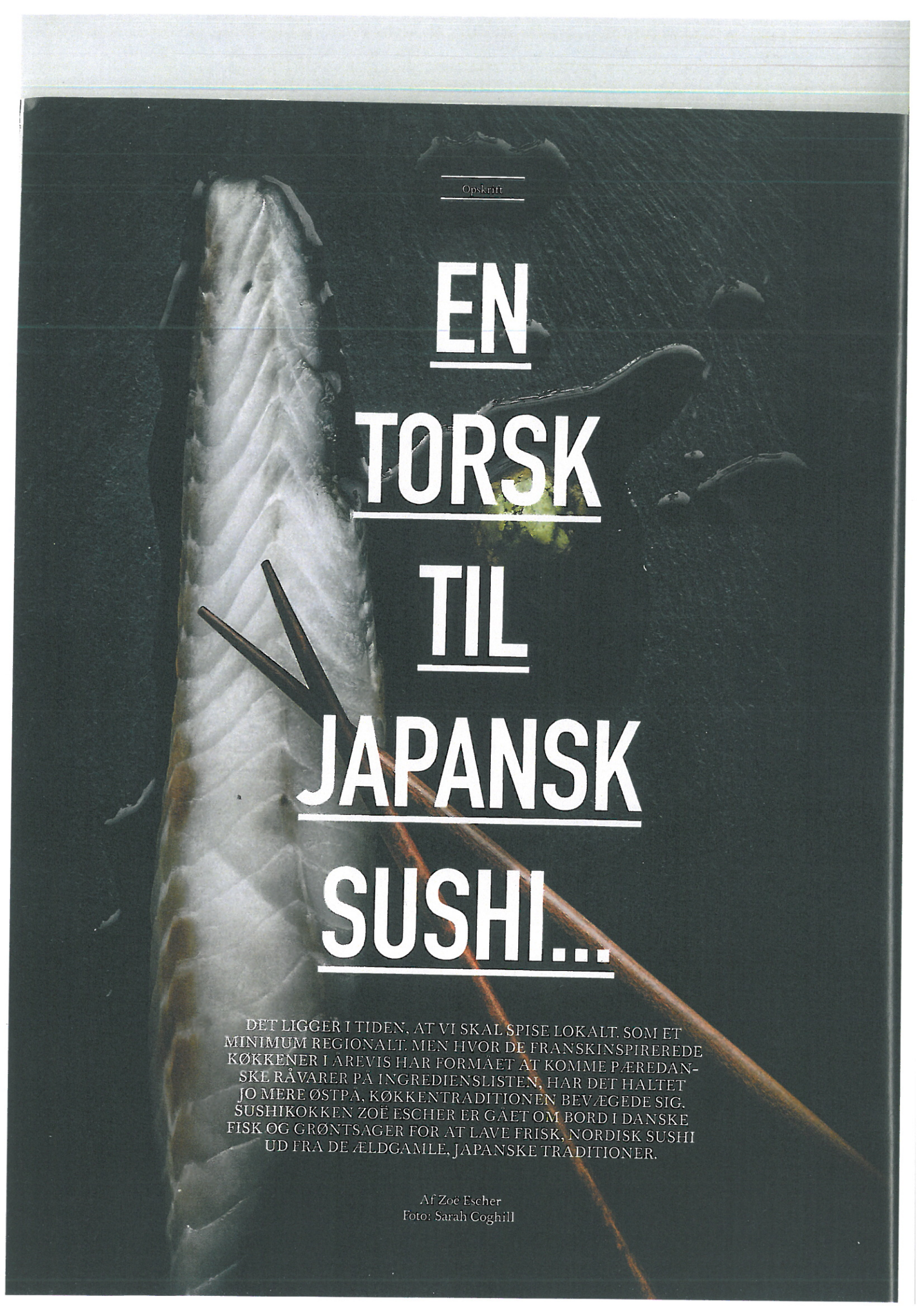




Opskrift

EN TORSK TIL JAPANSK SUSHI...

DET LIGGER I TIDEN, AT VI SKAL SPISE LOKALT. SOM ET MINIMUM REGIONALT. MEN HVOR DE FRANSKINSPIREDE KØKKENER I ÅREVIS HAR FORMÅET AT KOMME PÆREDANSKE RÅVARER PÅ INGREDIENSLISTEN, HAR DET HALTET JO MERE ØSTPA, KØKKENTRADITIONEN BEVÆGEDE SIG. SUSHIKOKKEN ZOË ESCHER ER GÅET OM BORD I DANSKE FISK OG GRØNTSAGER FOR AT LAVE FRISK, NORDISK SUSHI UD FRA DE ÆLDGAMLE, JAPANSKE TRADITIONER.

Af Zoë Escher
Foto: Sarah Coghill

NIGIRI MED TORSK OG RØDBEDE

6 stykker

DET SKAL DU BRUGE

80 ml *sushiris*
 120 ml *vand*
 1 ½ *spsk riseddike*
 100 g *frisk torsk*
 1 *spsk japansk peberrod (wasabipulver)*
 Syltet *ingefær*

Topping

1 *rødbede*
 Lidt *salt*

SÅDAN GØR DU

1. Kog risene som anvist på pakken, og bland den forsigtigt med riseddiken. Herefter breder du risene ud, så de dækker bunden af et fad i et jævnt lag. Når risene er afkølet, er de klar til brug.
2. Torsken skæres i tynde skiver på cirka ½ centimeter i bredden.
3. Rødbeden koges i letsaltet vand. Den skal dog stadig være fast i konsistensen. Skræl rødbeden, skær den i tynde skiver og til sidst i papirtynde stave.
4. Overflødig væske klemmes ud af ingefæren, og den japanske peberrod blandes med lidt vand, til det får en fast konsistens.
5. Dyp fingrene i en skål med vand, så risene ikke hænger fast. Herefter tager du en lille klump ris og former til en aflang risbolle. Kom lidt wasabi på undersiden af fisken, og læg fisken hen over risbollen, så det bliver til en nigiri.
6. Til sidst placerer du forårsløg og torsken og en tynd skive rødbede forsigtig på nigirien.
7. Tallerkenen pyntes med ingefær og japansk peberrod. Servér med soja.

NIGIRI MED RØDFISK OG SUKKERÆRTER

6 stykker

DET SKAL DU BRUGE

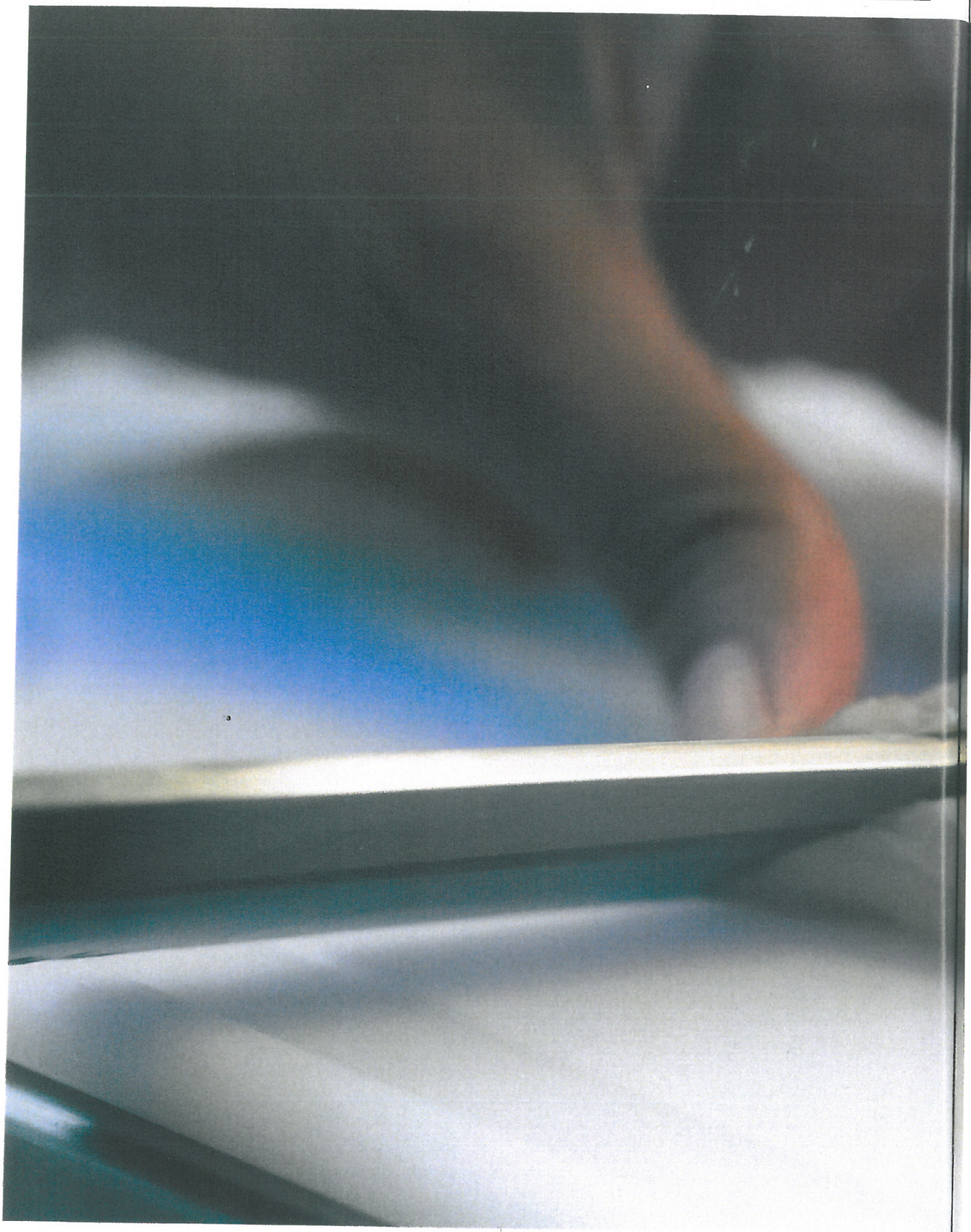
80 ml *sushiris*
 120 ml *vand*
 1 ½ *spsk riseddike*
 100 g *frisk rødfisk*
 1 *spsk japansk peberrod (wasabipulver)*
 Syltet *ingefær*

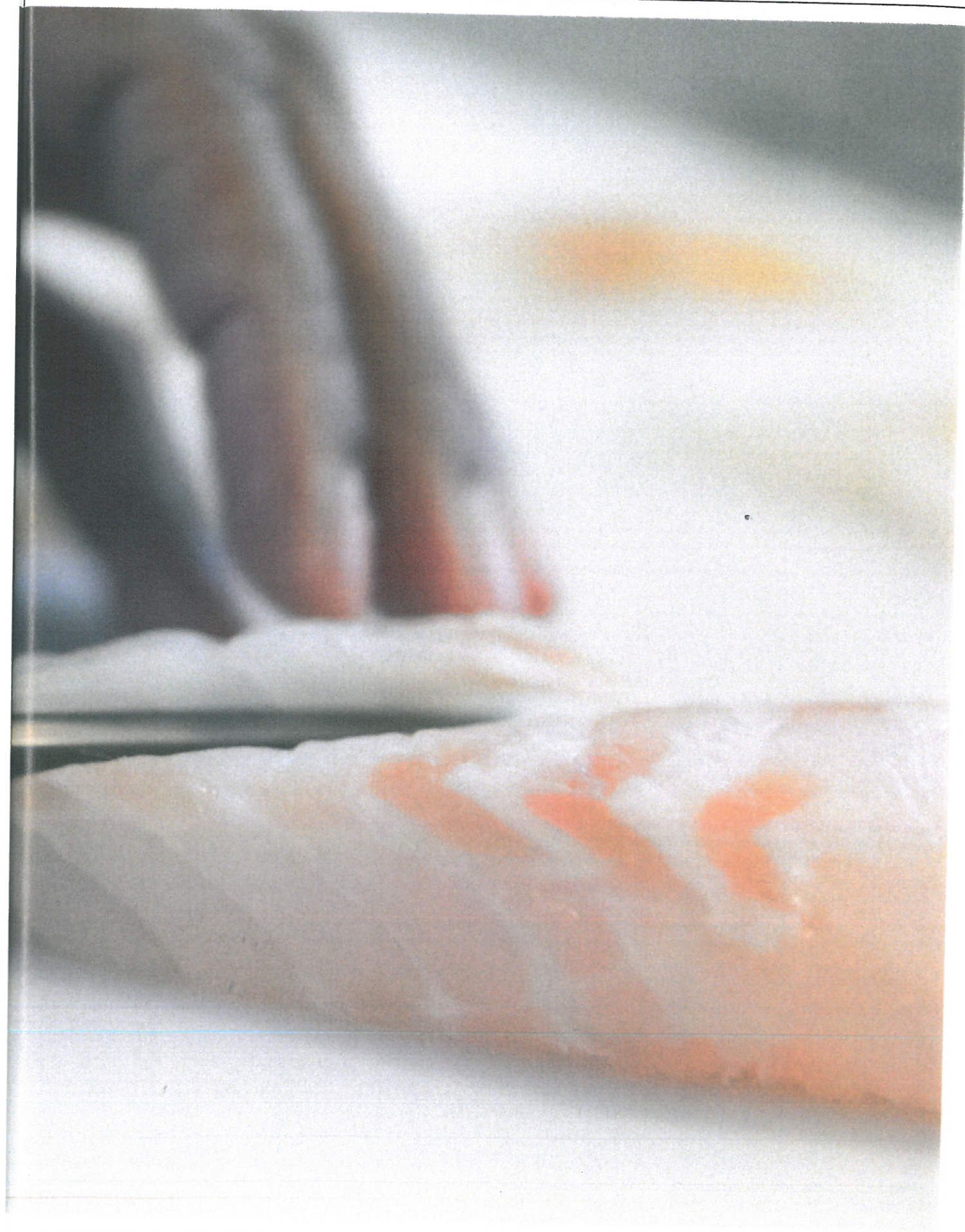
Topping

2 *sukkerærtbælge*

SÅDAN GØR DU

1. Kog risene som anvist på pakken, og bland dem forsigtigt med riseddiken. Herefter breder du risene ud, så de dækker bunden af et fad i et jævnt lag. Når risene er afkølet, er de klar til brug.
2. Rødfisken skæres i tynde skiver på cirka ½ centimeter i bredden.
3. 18 sukkerærter pilles ud af bælgene og halveres.
4. Overflødig væske klemmes ud af ingefæren, og den japanske peberrod blandes med lidt vand, til det får en fast konsistens.
5. Dyp fingrene i en skål med vand, så risene ikke hænger fast. Herefter tager du en lille klump ris og former til en lille aflang risbolle. Kom lidt wasabi på undersiden af fisken, og læg fisken hen over risbollen, så det bliver til en nigiri.
6. Til sidst placerer du rødfisk og sukkerærterne forsigtig på nigirien.
7. Tallerkenen pyntes med ingefær og japansk peberrod. Servér med soja.





KABURIMAKI MED HELLEFLYNDER, RØDFISK OG TORSK

1 kaburimaki i 8 stykker

DET SKAL DU BRUGE

½ tangplade
80 ml sushiris
120 ml vand
1 ½ spsk riseddike
2 store jomfruummere
2 stk. agurkestave
¼ moden avocado
Ristede sesamfrø
Lidt citronsaft
1 spsk japansk peberrod (wasabipulver)
Syltet ingefær

Topping

30 g frisk torsk
30 g frisk rødfisk
30 g frisk helleflynder
Avocado

SÅDAN GØR DU

1. Kog risene som anvist på pakken, og bland de færdige ris forsigtigt med riseddiken. Herefter breder du risene ud, så de dækker bunden af et fad i et jævnt lag. Når risene er afkølet, er de klar til brug.
2. Bambusmåtten pakkes ind i husholdningsfilm, så risene ikke kommer til at hænge fast. Husholdningsfilmen skal blive siddende, til du har lavet rullen færdig.
3. Skær avocadoen i skiver. Et stykke af agurken skærer du i 10 cm lange, tynde stave, inden du fjerner kernerne.
4. Jomfruummerne koges 3 - 4 minutter i vand tilsat lidt citronsaft. Hovedet og klørerne brækkes af og smides ud. Tag forsigtigt skallen af jomfruummerne.
5. Jomfruummerne skæres let (ikke helt igennem) fra nakke til hale på midten af ryggen, og tarmen fjernes. Jomfruummerne skylles efterfølgende i rent vand.
6. Helleflynder, rødfisk og torsk skæres i tynde skiver.

7. Overflødig væske klemmes ud af ingefæren, og den japansk peberrod blandes med lidt vand, til det får en fast konsistens.

8. Bambusmåtten lægges ovenpå et skærebræt. En lille skål fyldes med vand og stilles ved siden af skærebrættet.

9. Halvér en tangplade med en saks, og læg den med den blanke side nedad på bambusmåtten.

10. Dyp fingrene i skålen med vand, så risene ikke hænger fast. Herefter former du risene let til en kugle, som fordeles på tangpladen.

11. Tangpladen vendes, så siden med risene vender mod bambusmåtten, og lidt wasabi smøres på tangpladen på tværs hen over midten.

12. Herefter lægger du avocadoskiver, to agurkestave og jomfruummer på tværs hen over midten.

13. Start med at rulle tangpladen fra den modsatte side af sammenføjningen.

14. Mens rullen ligger i bambusmåtten med sammenføjningen nedad, klemmer du let om rullen for at lukke sammenføjningen.

15. Fiskeskiver og tynde skiver avocado placeres skiftevis over rullen i et flot mønster.

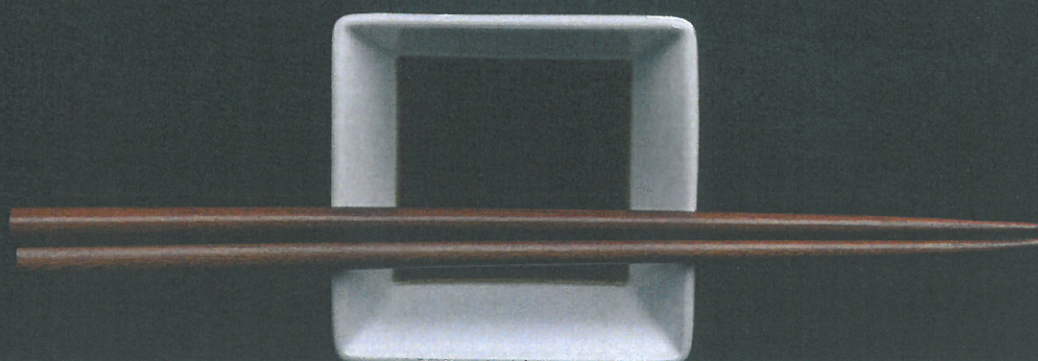
16. Bambusmåtten placeres rundt om rullen. Klem forsigtigt, så fiske- og avocadoskiverne "sætter" sig på plads.

17. Inden rullen skæres, dyppes kniven i vandskålen, så risene ikke hænger ved.

18. Skær rullen i 8 stykker, og drys lidt sesamfrø på de enkelte skiver.

19. Sushistykkerne placeres på en tallerken, som pyntes med ingefær og japansk peberrod. Servér med soja.





NIGIRI MED HELLEFLYNDER, FORÅRSLØG OG STENBIDERROGN

6 stykker

DET SKAL DU BRUGE

80 ml sushiris
120 ml vand
1 ½ spsk riseddike
100 g frisk helleflynder
1 spsk japansk peberrod (wasabipulver)
Syltet ingefær

Topping

1 forårsløg
Stenbiderrogn

SÅDAN GØR DU

1. Kog risene som anvist på pakken, og bland dem forsigtigt med riseddiken. Herefter breder du risene ud, så de dækker bunden af et fad i et jævnt lag. Når risene er afkølet, er de klar til brug.
2. Helleflynderen skæres i tynde skiver af cirka ½ centimeters brede.
3. Forårsløget snittes til papirtynde skiver og lægges i en skål med vand i cirka 15 minutter.
4. Løgringene skilles ad og lægges på et stykke køkkenrulle, så den overskydende væske kan suges op.
6. Overflødig væske klemmes ud af ingefæren, og den japansk peberrod blandes med lidt vand, til det får en fast konsistens.
8. Dyp fingrene i en skål med vand, så risene ikke hænger fast. Herefter tager du en lille klump ris og former til en aflang risbolle. Kom lidt wasabi på undersiden af fisken, og læg fisken hen over risbolle, så det bliver til en nigiri.
9. Til sidst placerer du forårsløg og stenbiderrogn forsigtig på nigrinen.
10. Tallerkenen pyntes med ingefær og japansk peberrod. Servér med soja.

GUNKAN MED BLÅMUSLINGER OG CITRON

6 stykker

DET SKAL DU BRUGE

80 ml sushiris
120 ml vand
1 spsk riseddike
18 blåmuslinger
1 dl vand
1 tangplade
Syltet ingefær
1 spsk japansk peberrod (wasabipulver)

Topping

Citron

SÅDAN GØR DU

1. Start med at koge risene som anvist på pakken, og bland de færdige ris forsigtigt med riseddiken. Herefter breder du risene ud, så de dækker bunden af et fad i et jævnt lag. Når risene er afkølet, er de klar til brug.
2. Blåmuslingerne skrubbes for snavs, og eventuelt "skæg" fjernes. Husk, at det kun er de lukkede muslinger, der må bruges. Er muslingen åben, skal den smides ud.
3. Nu damper du blåmuslingerne i lidt vand tilsat et par dråber citronsalt.
4. Citronen vaskes, skæres i tynde skiver og til sidst i kvarte stykker. Overflødig væske klemmes ud af ingefæren, og den japanske peberrod blandes med lidt vand, til det får en fast konsistens.
5. Tangpladen klippes i brede, lange strimler (3,5 x 15 cm).
6. Dyp dine fingre i en skål med vand, så risene ikke hænger fast. Herefter tager du en lille klump ris i håndfladen og former den til en aflang kugle – en nigiri.
7. En tangstrimmel vikles tæt og forsigtigt rundt om riskuglen.
8. Tre muslinger lægges forsigtigt oven på riskuglen, inden for tangstrimlen.
9. Herefter placeres en skive citron forsigtigt på gunkanen.
10. Gunkanen placeres på en tallerken, som pyntes med ingefær og japansk peberrod. Servér med soja. ♦