



Bamboo Garden JAPAN Tipps & Tricks

Sushi, Sushi und nochmals Sushi

In unserer Zeit, die von Schnellebigkeit, Rastlosigkeit und Stress geprägt ist, stellt die japanische Küche eine Oase des wahren, unverfälschten Genusses dar: Die Zutaten werden nach den drei Grundprinzipien Natürlichkeit, Harmonie und Ästhetik zusammengestellt und zubereitet und machen eine Kultur erlebbar, die sich auf das Wesentliche besinnt. Sushi – die Gourmet-Reisbällchen aus der Japan Küche verführen Feinschmecker einerseits mit ihren unterschiedlichen Zutaten und beeindrucken andererseits als ästhetisches Gesamtkunstwerk auf jeder Festtafel. Und wie gut ist dieser kulinarische Hochgenuss aus Reis, Gemüse und Fisch erst, wenn er selbst gemacht ist: Mit Bamboo Garden Sushi-Bar können Sie Sushi jetzt ganz einfach nach Ihrem Geschmack zubereiten.

Erleben Sie nun eine Welt des vielseitigen und gesunden Genuss: Guten Appetit und Viel Spaß dabei wünscht Bamboo Garden Japan.

Da kommt was ins Rollen ...

Wenn von „Sushi“ die Rede ist, denkt man zunächst an einen mundgerechten Happen aus Reis und rohem Fisch. Und das ist erst einmal richtig, denn diese sogenannten Nigiri-Sushis waren im 19. Jh. der Vorreiter der Sushi-Küche. Im Laufe der Zeit wurden verschiedene Sushi-Arten erfunden, und so ist auch roher Fisch nicht mehr auf jedem Sushi zu finden. Denn abwechslungsreiche Kombinationen aus Nori-Blättern, gesäuertem Reis, Gemüse, Pilzen und Geflügel finden in aller Welt immer mehr Anhänger.

Heutzutage lieben Genießer gerade die Abwechslung und Vielfalt dieser trendigen Spezialität.

Nigiri-Sushi
Ura-Maki-Sushi
Maki-Sushi
Temaki-Sushi

Die 5 wichtigsten Sushi-Tipps



1. Beim Arbeiten mit Sushi-Reis immer darauf achten, dass die Hände kühl und feucht sind (am besten regelmäßig in Eiswasser mit einem Schuss Bamboo Garden Japan Reissessig tauchen), der Reis klebt sonst an den Händen.
2. Verwenden Sie zum Schneiden von Sushi-Rollen ein besonders scharfes Messer mit glatter Klinge. Tauchen Sie auch dieses Messer regelmäßig in Eis-Essig-Wasser.
3. Wenn Sie Sushi mit rohem Fisch zubereiten, verwenden Sie bitte nur äußerst frischen Fisch. Weisen Sie Ihren Fisch-Händler darauf hin, dass Sie mit dem Fisch Sushi zubereiten wollen.
4. Sushi kann bis zu einer Stunde vor dem Servieren zubereitet werden, wenn es mit Frischhaltefolie bedeckt im Kühlschrank aufbewahrt wird.
5. Lassen Sie Ihre Kreativität bei der Zubereitung von Sushi freien Lauf! Ob Fisch, Fleisch, Gemüse oder andere Zutaten – vieles lässt sich mit Reis und Nori-Blättern zu leckerem Sushi verarbeiten.

Sushi-Reis

1. 500 g Reis mit Salz und Zucker in 650 ml Wasser aufkochen, 8 Min. zugedeckt quellen lassen.
2. Reis in einer Schale gleichmäßig verteilen. Abkühlen lassen und mit 100 ml Reissessig säuern.
3. Reissessig mit Holzspatel durch den Reis ziehen. Zum Abkühlen Luft zufächern so wird der Reis leicht glänzend.

Zubereitung:

500 g Sushi Reis (z. B. von Bamboo Garden Japan) gründlich waschen und abtropfen lassen. Ketan-Reis mit einer Prise Salz und einer Prise Zucker mit 650 ml Wasser aufkochen lassen. Die Hitze auf kleine Flamme reduzieren und ca. 8 Min. zugedeckt köcheln lassen. Wenn das ganze Wasser aufgesogen ist, den Topf vom Herd nehmen und den Reis in einer Schale abkühlen lassen. Anschließend den Reis mit 100 ml Bamboo Garden Reissessig säuern.

Nigiri-Sushi

Nigiri-Sushi, das „Ur-Sushi“, sieht einfach aus und ist doch raffiniert: ein Scheibchen roher oder geräucherter Fisch oder eine Garnele auf einem Reishäppchen. Auch wenn in Japan die Zubereitung von Nigiri-Sushi als eine Kult gilt, gelingen mit ein bisschen Geschick Nigiri-Sushis auch zu Haus – der Genuss überzeugt auf jeden Fall.

1. Garnele mit der Unterseite nach oben in die linke Hand legen.
2. In den Einschnitt eine Fingerspitze Wasabi verteilen.
3. Ein kastaniengroßes Stück Sushi-Reis zu einer länglichen Rolle formen.
4. An die Unterseite der Garnele drücken, bis eine kleine Delle entsteht.
5. Mit Daumen und Zeigefinger der rechten Hand die Längsseiten des Sushis zusammen drücken und formen.



Maki-Rollen

Feuchten Sie Ihre Hände beim Zubereiten von Sushi regelmäßig mit Eiswasser an, damit der Sushi-Reis nicht an Ihren Händen klebt.

Zubereitungshinweis: Sushi-Reis

Ketan-Reis gründlich waschen und abtropfen lassen. 500 g Sushi Reis mit einer Prise Salz sowie einer Prise Zucker mit 650 ml Wasser aufkochen lassen. Die Hitze auf kleine Flamme reduzieren und ca. 8 Min. zugedeckt köcheln lassen. Wenn alles Wasser aufgesogen ist, den Topf vom Herd nehmen und den Reis in einer großen, flachen Schale abkühlen lassen. Anschließend den Reis mit 100 ml Bamboo Garden Reisessig säuern.