



Atelier de cuisine thématique

Confection de sushis

La Bouffe du Carrefour



Types de sushis de base

Maki : Le sushi de base, soit une feuille d'algue sur laquelle on étend du riz à sushis et les ingrédients que l'on souhaite, puis qu'on roule fermement pour ensuite couper en rondelles.



Hosomaki : Le plus petit des makis, ne contenant généralement qu'une seule garniture, d'où le terme « hoso » qui signifie « enroulement fin » en japonais. Souvent, la garniture est à l'avocat, au concombre, à la goberge ou au thon. De plus, ce type de sushi nécessite qu'une demie feuille d'algue.

Futomaki (ou sumomaki) :

Le plus gros des makis. Il est souvent garni de plusieurs aliments différents (au moins 3). Son nom vient du mot « Futo » vient de « Futoi » qui signifie « grand diamètre » en japonais.



Uramaki : C'est un maki où la couche extérieure n'est pas la feuille d'algue, mais plutôt le riz. Il est souvent recouvert de graines de sésame ou d'œufs de poisson.

Sashimis : Fines tranches de poisson cru, souvent accompagnées de sauce soya, de wasabi et de gingembre mariné.



Nigiri : Fine tranche de poisson cru déposée sur un petit prisme de riz cuit compacté.

Autres types de sushis

Sushis frits croustillants



Blossom



Hako



Temari



Sushi burrito



Sushis desserts



Sushi tacos



Meilleures combinaisons de saveurs

- Akanasu: pesto de tomates séchée, fromage à la crème, sésame
- Akanasu avocado : pesto de tomates séchée, avocat, fromage à la crème, sésame
- Kappa : concombre, sésame
- Kappa philly : concombre, fromage à la crème, sésame
- Tekka tempura : tempura, thon, oignon vert, mayo épicée, sésame
- Vancouver : saumon fumé, avocat, fromage à la crème, sésame
- 911 : thon, avocat, oignon vert, tempura, masago, mayo épicée, sésame
- Ebi maki : crevette, avocat, concombre, tempura, sauce chili, masago, sésame
- Deux saumons: saumon, saumon fumé, avocat, oignon vert, masago, mayo, sésame
- Maki du chef : saumon, crabe, avocat, clémentine, mayo, masago, sésame
- California : goberge, avocat, concombre, mayo, sésame
- Sweetheart : saumon, saumon fumé, tempura, masago, mayo épicée, citron, sesame
- Végétarien: avocat, patate douce, concombre, carotte, poivron rouge, laitue, mayo épicée, sésame
- Boston : crevette, goberge, concombre, laitue, mayo, masago, sésame
- Saumon épicé : saumon, concombre, oignon vert, tempura, mayo épicée
- Thon épicé : thon, concombre, oignon vert, tempura, mayo épicée
- Kamikaze au saumon : saumon, goberge, avocat, concombre, oignon vert, tempura, mayo épicée, masago
- Kamikaze au thon : thon, goberge, avocat, concombre, oignon vert, tempura, mayo épicée, masago
- Inferno : tempura, fromage à la crème, pesto de tomates séchées, masago, oignon vert, mayo épicée, sésame
- Rainbow : thon, saumon, avocat, concombre, oignon vert, tempura, mayo épicée
- Red-eye : feuille de soya, thon, goberge, tempura, masago, mayo épicée, sésame
- Miami : feuille de soya, saumon fumé, avocat, masago, oignon vert, fromage à la crème, tempura, mayo épicée, sésame
- Empereur : thon, saumon, poisson blanc (facultatif), avocat, oignon vert, tempura, mayo épicée
- Crevette épicée : crevette, goberge, avocat, laitue, oignon vert, tempura, mayo épicée, masago, sésame
- Exotik : crevette, goberge, ananas, mangue, tempura, laitue, masago, mayo épicée, sésame
- Smoky : saumon fumé, avocat, tempura, masago, mayo épicée, sésame
- Mélodie : Feuille de riz, saumon, crevette tempura, échalote, masago, sauce épicée.

Recette de riz à sushis

Ingrédients :

- 300 g de riz calrose
- 330 ml d'eau (ou plus, au besoin)
- 4 c. à s. de vinaigre de riz
- 2 c. à s. de sucre
- ½ c. à t. de sel

Préparation :

1. Verser le riz dans une passoire et immerger-le d'eau. Remuer du bout des doigts et éliminer l'eau laiteuse qui entraîne l'amidon. Continuer à laver le riz sous l'eau jusqu'à ce que l'eau qui s'égoutte soit bien claire. Laisser ensuite le riz s'égoutter pendant 15 minutes.
2. Placer le riz égoutté dans l'eau dans une casserole à fond épais. Couvrir hermétiquement. Porter à ébullition en chauffant sur un feu moyen. Lorsque ça bouille, continuer à cuire 3 à 5 minutes.
3. Puis, diminuer le feu au minimum, et laisser mijoter très lentement pendant 8 à 10 minutes supplémentaires. Soulever le couvercle et laisser reposer 10 minutes. *** S'assurer que le riz ne soit plus du tout dur. ***
4. Dans un petit bol, mélanger le vinaigre de riz, le sucre et le sel. Mettre au four à micro-ondes environ 30 secondes pour réchauffer le mélange et faire dissoudre un minimum le sucre. Verser ce mélange sur le riz, mélanger, puis laisser refroidir le riz complètement.



Makis

Ingrédients :

- Feuilles d'algues ou de soya
- Riz à sushis prepare
- Garnitures au choix

Préparation :

1. Étendre une mince couche de riz uniformément sur la feuille d'algue (nori) ou la feuille de soya, en laissant environ 1 ½ po sans riz.
2. Placer les garnitures dans le bas de la feuille (le plus proche de soi), puis rouler de manière très serrée.

Références

<http://miyukisushibar.com/?p=menu>

<http://www.sushishop.com/fr>

<http://www.unisushi.ca/#menus>

<https://fr.wikipedia.org/wiki/Sushi>

https://fr.wikipedia.org/wiki/Sushi#Types_de_sushis

<https://www.ricardocuisine.com/recettes/5915-riz-a-sushi-de-base-de-genevieve-everell>