

# Современные направления в приготовлении ролов



福

福

福

# ***Классические суши***

представляют собой продолговатые комочки из специально приготовленного суши-риса, приправленного речным хреном васаби, и накрытые ломтиком свежей рыбы или морепродукта.



***Суши, завернутые в листы прессованных водорослей, называются роллами.***

Слово ролл (roll) в английском языке значит «крутиться». Такое название было дано японским маки из-за того, что при приготовлении их скручивают.



# История суши

- Родиной первоначальных суши были страны Южной Азии.
- Дело в том, что китайский иероглиф, обозначающий суши, переводится как «маринованная рыба». Более тысячи лет назад рис был не только одним из основных продуктов питания, но и главным средством сохранения рыбы. Свежая рыба нарезалась на маленькие кусочки, которые обильно засыпались солью и смешивались с рисом. Рис подвергался естественной ферментации, благодаря которой рыба не портилась в течение года. По мере необходимости ее доставали из смеси и подавали к столу, а ставший ненужным рис выбрасывали или использовали для маринования новых порций рыбы.
- Проходило несколько месяцев, в течение которых рыба бродила, и после этого она считалась готовой к употреблению. Несколько ресторанов в Токио все еще предлагают эти оригинальные суши, называемые narezushi, приготовленные из пресноводного карпа. У этого блюда настолько сильный и резкий запах, что он затрудняет идентификацию рыбы, из которой оно приготовлено.
- Только в шестнадцатом веке перебродивший рис из маринованной рыбы начали употреблять в пищу, и постепенно он превратился в главный и неотъемлемый компонент суши. Так из служебного компонента для маринования рыбы перебродивший рис превратился в основу нового блюда.
- Это было еще до 1900 года, когда один талантливый шеф-повар по имени Yohei решил отказаться от процесса гниения и подать суши в форме ставшей сейчас традиционной, то есть подал рыбу сырой. Новшество быстро приобрело популярность и тут же появилось два различных стиля приготовления. Kansai – из города Osaka, и стиль Edo как назывался Токио до 1868 года, Kansai представлял собой приготовленный определенным образом рис, смешанный с другими ингредиентами, помещенный в красивые, съедобные формы-упаковки.
- Edo же представлял собой кусочек рыбы на маленьком комочке приправленного риса (нигири суши). Таким образом, суши сейчас выглядят так – на комочек риса положен тонкий ломтик филе свежей рыбы.
- Следующим этапом в развитии суши стало добавление в рис уксуса с приправами, сделавшее ненужной его продолжительную ферментацию. Уксус, обычно рисовый, перемешивали с подсоленной водой, иногда добавляли в него сахар, саке, мед и морские водоросли, а затем заливали этой смесью вареный рис, к которому добавляли рыбу, морепродукты, овощи и выдерживали некоторое время под прессом. Получившееся в итоге блюдо стало настолько популярным, что по всему Токио, стали открываться многочисленные магазины, закусочные и рестораны, в которых подавали разнообразные виды суши или продавали специально обработанный рис для самостоятельного приготовления суши дома.  
С тех пор процесс приготовления суши, оставаясь в принципе неизменным, не перестает развиваться и совершенствоваться, пополняться новыми рецептами.

**Какие же  
разновидности  
роллов**



**наиболее известны и  
востребованы в  
настоящий момент?**



## Хосомаки

*Хосомаки. Это самые известные роллы, которые имеют очень маленький размер. Для приготовления используется совсем небольшой кусочек нори, рис и обычно всего один продукт для начинки.*

*Нори всегда находится снаружи рулетика, закрывая его. Такие роллы не так просто скрутить из-за того, что они должны получиться тонкими.*

*Могут иметь как круглую, так и квадратную форму. В качестве начинки обычно используются огурцы, рыба, сыр, такуан, различные морепродукты. Такие роллы дают возможность почувствовать простой, но насыщенный вкус каждого ингредиента.*



Футомаки

*Футомаки. Это большие роллы, которые могут иметь начинку из нескольких ингредиентов (как правило, более трех). Притом сушисты стараются брать такие продукты, которые в сочетании дадут не только хороший вкус, но и красивую цветовую гамму. Ингредиенты при приготовлении важно уложить плотно, чтобы между ними не было пустот. Иногда их разделяют, используя нори. Форма роллов может быть как круглая, так и квадратная или даже*



**Урамаки (роллы  
наизнанку)**

*Урамаки (роллы  
наизнанку)*

*заворачиваются таким  
образом что рис  
оказывается саружи, а  
начинка в центре,  
завёрнутая в лист нори.  
Такие роллы делаются  
из маленького листа  
нори или из половины  
большого.*



- *Тэмаки (конусы, кулёчки) – из листов нори делается конус, который заполняется рисом и начинкой. Длина такого ролла около **10** сантиметров. Отличие этого типа от тонких роллов – только в форме*

Тэмаки





*Нигиридзуси (суши, сделанные с помощью рук). Наиболее часто встречающийся вид суши. Рисовый пирожок смазанный васаби и креветкой или рыбой на нем*

**Нигиридзуси**

福

福

業



Футомаки

*Это подвид футомаки, так как получаются такие роллы очень крупными. Главное их отличие – красота за счет создания узоров благодаря использованию различных продуктов для начинки, уложенных определенным способом. Создавать такие роллы непросто – важно понимать, как ролл будет выглядеть в разрезе, и правильно укладывать начинку.*



*Гункан-маки. Овальной формы, спрессованный ладонями рис (похожий на нигиридзуси) обрамленный по периметру полоской нори с целью придать ему формы корабля*

Гункан-маки

福

業



Урамаки

### **Урамаки.**

*Такие роллы не закрыты снаружи нори – рис остается обнаженным. Нори может находиться внутри и окружать собой начинку. Снаружи ролл обычно украшается рыбой, икрой, другими продуктами. Важно лишь, чтобы они сочетались друг с другом и с рисом, а сам рис получился достаточно клейким, иначе блюдо может рассыпаться.*



Горячие роллы

*Горячие роллы появились как раз в угоду европейцам. Да и считаются они более безопасными, нежели те, что приготовлены с использованием сырой рыбы, которую порой достаточно сложно достать в надлежащем качестве. Готовятся они по принципу урамаки или футомаки, но обязательно запекаются или обжариваются во фритюре. Получается оригинальный вкус. Также сюда можно отнести роллы в темпуре, то есть в кляре, имеющем хрустящую текстуру и неповторимый вкус. Готовые роллы обмакиваются в темпuru, а потом обжариваются в кипящем масле.*

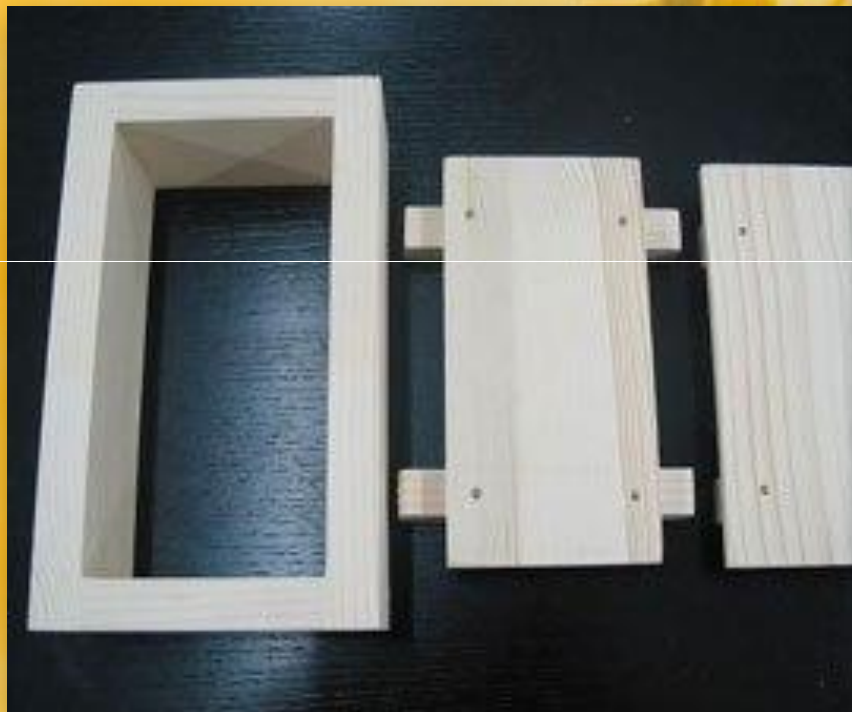


Спринг-роллы

*В случае приготовления этих роллов нори заменяется рисовой бумагой. Такие роллы отличаются нежным вкусом и мягкостью. Готовить их можно по любой рецептуре, лишь заменяя нори на рисовую бумагу. Часто при приготовлении используются овощи и мясо. Такие роллы можно обжарить или запечь при желании.*

**Осидзуси**  
(прессованные суши) –  
суши в виде брусочков,  
сделанные с помощью  
деревянного  
приспособления,  
называемого **осибако**.

В осабико слоями  
помещается рис и  
начинка, после чего всё  
это спрессовывается и  
нарезается на небольшие  
кусочки.



↑ 田

**Тирасидзуси – тарелка с рисом и различными морепродуктами.**

**Различают два типа таких тарелок:**

**Эдомаэ тирасидзуси**

(суши в стиле Эдо) –

ингредиенты красиво укладываются поверх

**Гомокудзуси** (суши в стиле Кансай) – ингредиенты смешиваются с рисом.





- «**В чем разница между суши, сашими и нигири?**»
- **Сашими** — это просто мясо, подаваемое без каких-либо других ингредиентов. В сушах же напротив используют рис и другие ингредиенты (например, овощи), которые завернуты в лист или нори (водоросли) и нарезаны на кусочки.
- **Суши** могут предстать под видом маки (что означает ролл), где водоросли находятся снаружи, урамаки — где водоросли находятся внутри, а рис снаружи, или темаки — конусообразные суши, сворачиваемые вручную.
- **Нигири** — блюдо, находящееся где-то посередине между ними. Нигири — это сашими, которое подают на формованном прямоугольнике риса.
- Несмотря на то, что большинство сашими — это сырая рыба, некоторые сашими не сырые, а некоторые сашими — это и вовсе не рыба. Например, унаги — это приготовленный пресноводный угорь. Сашими также включает в себя другие виды морепродуктов, с которыми вы познакомитесь ниже.

# Ингредиенты для суши

- Рис для суши

- Все виды суши состоят из базового ингредиента — специфически приготовленного риса, к которому добавляются другие ингредиенты
- *Суши* готовят из белого мелкозернистого японского риса, смешанного со специально сделанным соусом, приготовленным из рисового уксуса, сахара, соли.



- Нори называют прессованные листы морских водорослей, похожие на бумагу. Этот продукт в Японии является одним из самых популярных морских овощей. Процесс изготовления нори напоминает метод изготовления бумаги. В начале водоросли измельчают, после сушат и в итоге получают зеленые листы





**Иба**- главная скрипка в оркестре. Для истинных японских ролл обязательное условие – рыба должна быть свежей и цельной. Только океаническая рыба может быть использована в сыром виде как начинка для суши; речную рыбу, в которой могут присутствовать паразиты, всегда готовят.

Наиболее часто используемая рыба: **тунец, желтохвост, пьюшиа**



### Морепродукты

Часто используемые морепродукты: [кальмар](#), [осьми ног](#), [креветки](#), рыбная [икра](#), [морской ёж](#) и различные виды моллюсков. Однако, устрицы не используются при приготовлении суши, потому что их вкус не сочетается со вкусом риса.



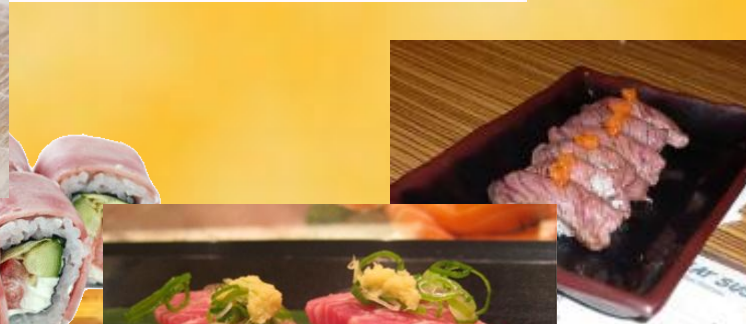
## • Овощи

Маринованный дайкон (такуан), различные маринованные овощи, квашеная соя, авокадо, огурец, спаржа, тофу, маринованная слива, сладкая кукуруза, смешанная с майонезом.

## Яйца

• Яйца (в виде немного подслащённого, уложенного слоями омлета). Омлет традиционно готовится в прямоугольной сковороде и используется для формирования мешочка для риса и начинок. Составляющие японского омлета — соевый соус, яйца, японский майонез, сахар. При изготовлении суши тонкий, как лист бумаги, омлет может заменить лист нори.

• Одним из неотъемлемых ингредиентов практически любого рецепта суши является сливочный сыр. Самый распространённый и что используют это сыр «Филаделф



## • Красное мясо

Госядина, ветчина, колбас

# Приправы

## Соевый соус

Как заменитель соли и одновременно приправу его подают готовым роллам.

Имбирь — это не просто специя. Его острый вкус придает блюдам из сырой рыбы те продукты, уничтожая вредные бактерии, а также нейтрализует несвежий запах. Вот почему он обязательно входит в состав блюд из сырой рыбы.



- **Рисовый уксус**

используются в рис для придания специфического вкуса

## Гари — маринованный имбирь.

— подобно васаби, относится к «горячим специям»:

стимулирует аппетит, усиливает кровоснабжение, улучшает пищеварение, нейтрализует пищевые токсины. К роллам подают маринованный имбирь, который играет в себе роль ароматной приправы и пикантной закуски.

