

# Приготовление роллов

К уроку кулинарии в 8 классе  
«Блюда национальной кухни»

Разработала  
учитель технологии  
И.В. Руденко  
МБОУ СОШ №17  
г. Петушки  
Владимирской области



# Немного истории

Суши и роллы появились в японской культуре более тысячи лет тому назад на территории Юго-Восточной Азии. Японцы соединили сырую рыбу с рисом именно для того, чтобы рыба не утрачивала свою свежесть более длительное время. Это случилось в VI веке. Тогда, чтобы сохранить рыбу свежей, ее обматывали рисом и клали в специальные бочки с солью. После этого, в течение нескольких недель рыба проходила брожение. По истечении срока, рыбу японцы съедали, а вот рис – выбрасывали.

Конечно, в то время современных холодильников еще не существовало, поэтому у рыбы был очень противный запах. Немного позже японские кулинары стали добавлять к сырой рыбе отваренный рис и специи, в основном уксус и сахар. А вот соевый соус в то время использовали в гигиенических целях. Рыбу обмакивали в него только для того, чтобы перебить отвратительный запах и специфический вкус.

- Главное свое изменение суши перетерпели во время XIX века, что и принесло им огромную популярность в Европе и Америке. В то время люди в Токио были очень суетливыми, поэтому один из местных поваров предложил покупателям особенные nigiri-суши, которые можно было брать с собой. После этого в японской кулинарии появилось огромное разнообразие роллов, которые сегодня считаются настоящим деликатесом во многих странах мира.



# Первый этап



- Для приготовления роллов, взять половину листа нори,
- положить внешней (блестящей) стороной вниз на досочку.
- Обмакнуть пальцы в воду, подкисленную лимоном.
- Такая вода дезинфицирует кожу и не дает рису прилипать к пальцам.

# Второй этап



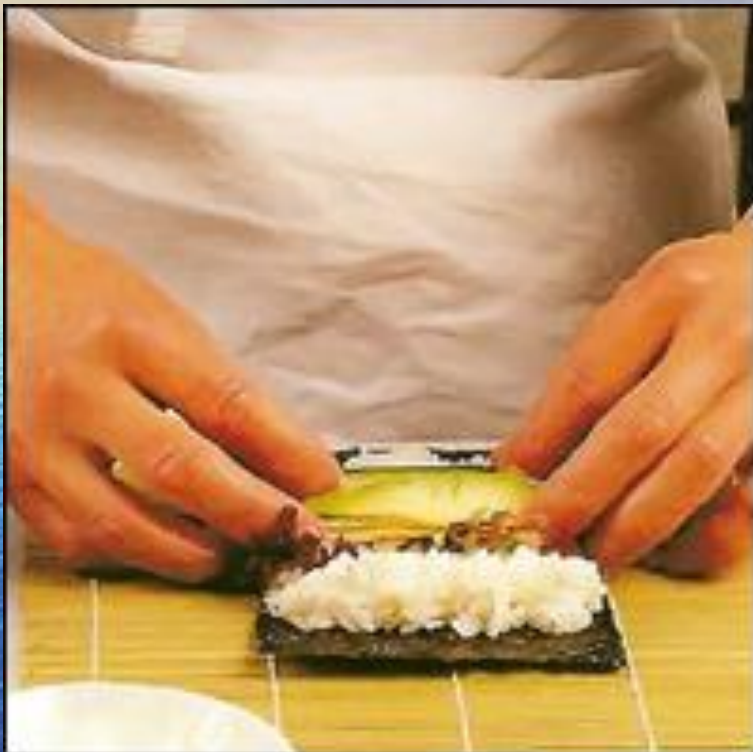
Готовый рис раскладываем по листу нори таким образом, чтобы отступ был от дальнего края 1 см., от ближнего к вам – 0,5 см.

# Третий этап



- Нанести на рис васаби (японский хрен).

# Четвёртый этап



- Поперек риса выложить тонко нарезанные полоски начинки (по рецепту).

# Пятый этап



- Пододвигаем циновку к себе. Нори должен лежать на краю циновки.
- Большими пальцами придерживаем циновку снаружи, остальными
- пальцами придерживаем начинку на рисе. Свернуть нужно так, чтобы
- рис с одной стороны нори, «встретился» с рисом на другой стороне нори.
- Немного нажимаем на циновку.



# Шестой этап



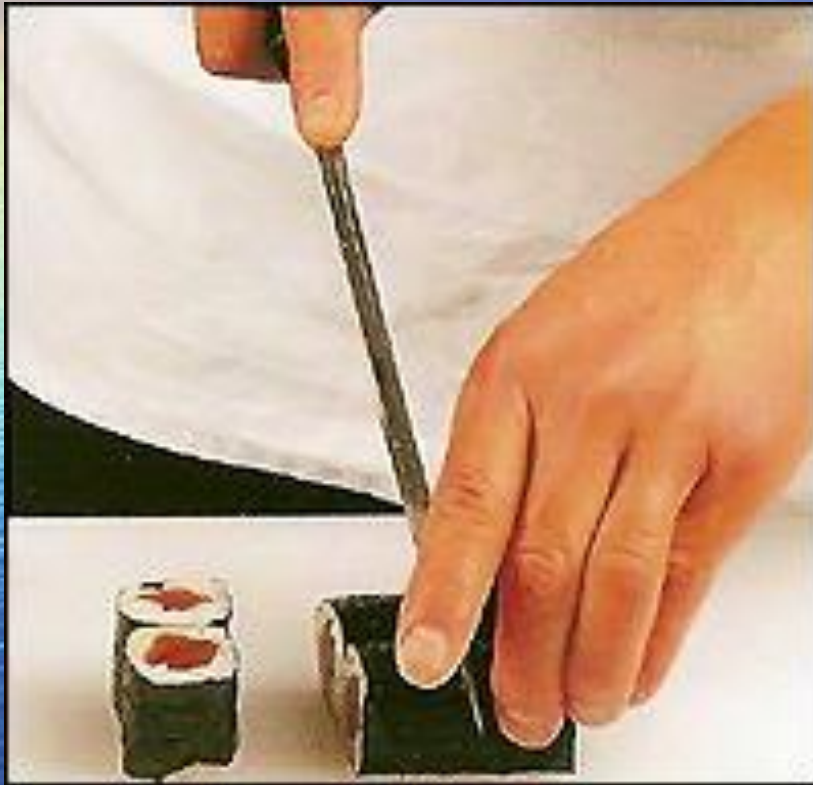
Немного нажимаем на циновку. Потом приподнимаем ее, и заворачиваем до конца ролл. Хорошо сжимаем в руках циновку, утрамбовывая содержимое. Сдвигаем на край, и утрамбовываем с концов.

# Седьмой этап



- Для того что бы приступить к нарезке роллов необходимо смочить нож.
- Опускаем кончик ножа в кислый раствор лимона или уксуса, затем
- поднимаем нож вертикально, так чтобы жидкость стекала вниз по лезвию.
- Роллы нарезаются на шесть частей. Сначала разрезаем по середине.
- Получаются половинки.

# Восьмой этап



- Две половинки нарезаем на три части, получаем 6 штук роллов

**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!**



**Приятного аппетита!**