



HOMAKASE



voor Yvette

H | Japanse kooktechnieken
O | om thuis een omakasestijl diner
M | te maken voor zes vrienden.
A | Met duidelijke stap-voor-stap uitleg
K | door Oof Verschuren.
A |
S | 'What you learn easily, you forget easily too.'
E | *Chef Takashi Saito*



INLEIDING	10
DEEL 1 – DE BASIS	
BASISINGREDIËNTEN.....	44
BASISTECHNIEKEN	82
BASISRECEPTEN.....	144
DEEL 2 – DE RECEPTEN	
ZENSAI VOORGERECHTEN	166
SUSHI.....	200
CHOMIRYO CONDIMENTEN.....	318
TAMAGO EIGERECHTEN.....	340
NOMIMONO DRANKEN	348
OWARINI EINDE	
SAKUIN REGISTER	362
JAPANESE WOORDEN- EN TERMENLIJST	370
VERKOOPINFORMATIE	377
GERAADPLEEGDE LITERATUUR..	379
DŌMO ARIGATŌ DANK.....	380

INLEIDING	10
HOMAKASE	13
BEETJE SUSHIGESCHIEDENIS	14
SOORTEN SUSHI	18
OMAKASESTIJL DINER	23
DE OPBOUW VAN EEN SUSHIMENU	26
ETIQUETTE IN HET SUSHIRESTaurant	29
KEUKENGEREEDSCHAP	32
MATEN	32
TAFEL DEKKEN	37

B A S I S

BASISINGREDIËNTEN	44
KOMBU KELP	47
WASABI	51
KOME RIJST	52
SHOYU SOJASOUS	57
KATSUOBUSHI BONITOVLOKKEN	62
NORI ZEEWIERVELLEN	67
MISO	68
SU/ZU AZIJN	72
MIRIN ZOETE RIJSTWIJN	73
SAKE RIJSTWIJN	75
BASISTECHNIEKEN	82
VIS KOPEN MET KIT	85
IKEJIME	89
MIZUARAI METHODE OM VIS SCHOON TE MAKEN MET 'KUNI'	92
HOCHO KEUKENMESSEN	95
EEN GOED KEUKENMES	98
USUBA BOCHO GROENTEMES	100
YANAGIBA BOCHO SASHIMIMES	101
DEBA BOCHO FILEERMES	101
KATSURAMUKI, KEN, JABARAGIRI	103

SOGIZUKURI, HIRAZUKURI	105
MESSEN SLIJPEN MET ONNO	108
WASABI RASPEN	115
DAIKON OROSHI GERASPTRETTICH	115
KATSUOBUSHI SCHAVEN	116
VISSEN RIJPEN	121
KOBUJIME VISRIJPING IN KOMBU	125
VISRIJPING IN CEDERHOUT	127
MATSUKAWA ZUKURI VISSENHUID GAREN	128
ABURI VISSENHUID ROOSTEREN	130
MAGURO TONIJN	136
OVER TONIJN MET MARINUS	141
BASISRECEPTEN	144
ICHIBAN DASHI	146
NIBAN DASHI	149
NIBOSHI, YAKIBOSHI & SHIITAKE	149
MISOSOEP	151
SUSHI MESHI SUSHIRIJST WASSEN	152
SUSHI-ZU AZIJNMENGSEL	157
SUSHI MESHI SUSHIRIJST KOKEN EN AANMAKEN	158
MIRIN BĪTOMARINE MIRIN-BIETMARINADE	160

DEEL 2 | DE RECEPTEN

Z E N S A I

TSUKEMONO TAFELZUUR	169
WASABI MISOZUKE, SHOYUZUKE, ZUKE	171
SHIITAKE	173
GOMA DOFU	175
WANMONO HELDERE SOEP MET KRAB & EI	176
LANGOUSTINE & TOMAAT IN SHISO-OLIE	179
SASHIMI	180
EBI WASABI GARNALEN MET WASABI	187
HOTATE TEMAKI COQUILLE TEMAKI	189
MISO SABA IN MISO GEMARINEERDE MAKREEL	190
HOTATE MISO-‘BEURRE BLANC’ SINT-JAKOBSSCHELP & BOTER-MISOSAUS	193
HAMACHI KAMA YAKI GEGRILDE GEELSTAART- MAKREELKAAK	195
SABA NORI MAKI MAKREELROL	197

S U S H I

VOLGORDE EN RITME VAN VIS SERVEREN	202
NIGIRI MAKEN	206
<u>NIGIRIZUSHI</u>	
SHIROMI WITVISSEN	212
AKAMI GEKLEURDE VISSEN	226
MAGURO TONIJN	252
HIKARIMONO ZILVEREN VISSEN	254
EBI, KANI, KAI, IKA SCHAAL- & SCHELPDIEREN, INKTVIS	268
PALING SCHOONMAKEN MET IWAN	281
VEGAN UNAGI TOFU PALING VAN ASAKO	287

GUNKANZUSHI

KANI GUNKAN GUNKAN MET KRAB & HARING- KAVIAAR	291
TOBIKO GUNKAN GUNKAN MET VLIEGENDE- VISEITJES	293
IKURA GUNKAN GUNKAN MET ZALMEITJES	293
FAUX-ANKIMO GUNKAN GUNKAN MET KABELJAUWLEVER	295

MAKIZUSHI

MAKIZUSHI SUSHIROL	298
HOSOMAKI MAKIROL MET ÉÉN SOORT VULLING	304
OBOROMAKI	307
URAMAKI	309
KANI ABOKADO TEMARI TEMARI VAN KRAB & AVOCADO	310
DAIKON FUTOMAKI ROL VAN RETTICH MET AANGEMAakte RIJST, VIS & AVOCADO	312
MEER FUTOMAKI	317

C H O M I R Y O

PONZU SAUS	320
TOSA-ZU AZIJN MET KATSUOBUSHI	320
NIKIRI SAUS VOOR NIGIRIZUSHI	321
NITSUME SAUS VOOR NIGIRIZUSHI	321
MISOPOEDER	322
YUKARI SHISO GEDROOGD SHISOBLAD	323
SHOGA OF GARI GEPEKELDE GEMBER	323
YUZU	325
YUZU KOSHO	326
MANDARIJN-CITROEN KOSHO	326
PREI-AS KOSHO	327
KIMI-ZU SAUS VAN EI & RIJSTAZIJN	329
GEDROOGDE EIDOOIERS	331
BEVROREN EIDOOIERS	331
IN SOJA GEMARINEERDE EIDOOIERS	333
OBORO GARNALENKRUIM	334

T A M A G O

DASHIMAKI TAMAGO DIKKE OMELET	342
---------------------------------------	-----

N O M I M O N O

THE HAIRY STYLES SAKE-WATERMELOEN- COCKTAIL	351
TOKYO TANG MANDARIJN-WHISKY- COCKTAIL	353
GEISHA WATER MATCHA-SHOCHUDRINK	355
SPICY GREEN TIPPLE SHISOMOCKTAIL	357

O W A R I N I

SAKUIN REGISTER	262
JAPANSE WOORDEN- EN TERMENLIJST	370
VERKOOPINFORMATIE	377
GERAADPLEEGDE LITERATUUR	379
DŌMO ARIGATŌ DANK	380

INLEIDING

Een boek over sushi.

Niet geschreven door iemand uit Japan, niet eens door een chef, laat staan door een visser. Als dat maar goed komt.

Ik heb, als ik me het goed herinner, eerder een foto gemaakt van sushi dan dat ik het gegeten heb. Mijn eerste ontmoeting met een enorme doos witte schuitjes met daarop prachtig gesneden plakjes rauwe vis was in een fotostudio in Amsterdam waar ik als student stage liep.

Toen de foto die we die dag maakten erop stond en de sushi zijn modellenrol vervuld had, dook de hele crew als haviken op de schaal met Japanse tovenarij. 'Tuurlijk, zo vaak,' loog ik toen iemand van de crew me vroeg of ik wel eens sushi gegeten had.

Het waren de jaren negentig, sushi was buiten Japan nog niet zo populair als nu, en omdat ik daar pas een week of wat rondliep, wilde ik een beetje grootstedelijk uit de hoek komen. Mijn enige ervaring met de rauwe tak van de visfamilie was tot dan toe die met haring. Het altijd werkende pressiemiddel van mijn moeder om haar zoon mee te krijgen naar de Haagse markt, opdat ze niet in haar eentje de boodschappen moest sjouwen. Haring, hoewel niet helemaal rauw vanwege zijn gepekelde persoonlijkheid, was de enige ongebakken vis die ik tot die eerste sushi-ontmoeting had gegeten.

Omdat de selectie van het befaamde hotel dat die dag de sushi verzorgd had nogal royaal was, bleek de keuze niet eenvoudig. Enorme kennis van de Japanse menukaart veinzend schoof mijn hand trefzeker richting een met zeewier omwikkeld bergje zalmeitjes dat op een bolletje zure rijst rustte. Ik vond het de mooiste van de set dus die moest vast het lekkerst zijn.

Nu lag dat nestje zalmbaby's wel al een tijdje onder de flitslampen en was het zeker zijn optimale consumptiemoment allang gepasseerd, de overweldigende smaak van die eerste hap ben ik echter nooit vergeten. Helder zout, licht zuur en zoetig tegelijk met aan het eind de geurige scherpte van wasabi. Hoewel ik niet eens zeker weet of ik het nu heel erg lekker vond of alleen maar heel bijzonder.

Sindsdien ben ik verkocht en grijp ik elke kans aan om wat zure rijst met rauwe vis naar binnen te schuiven. Omdat niemand elke dag uit eten kan, was het onvermijdelijk dat ik thuis zelf maar eens aan de gang moest.



Hoewel ik toen nog helemaal van niks wist en eigenlijk maar een beetje deed wat me goed leek, is sinds die tijd de fascinatie voor sushi uitgegroeid tot een gezonde obsessie.

Het is niet zo dat ik mijn camera onmiddellijk aan de wilgen hing en tegen de rijzende zon in naar Tokio vertrok om daar vijf jaar in een kelder rijst te leren wassen. Fotografie is mijn eerste liefde en dat zal het altijd wel blijven. Maar een mens heeft een hobby nodig en de bijna oneindige creativiteit die ik in het maken van sushi kwijt kan, stopt alleen bij de grens van mijn eigen fantasie. Hoe langer ik naar die grens zoek, hoe verder weg hij lijkt te liggen.

Oof Verschuren



HOMAKASE

Zoals ik geen Japanse sushichef ben, is *Homakase* geen echt woord. Het is een samenstelling van het Japanse woord *omakase* en het al evenmin Nederlandse woord *home*.

Omakasestijl dineren komt erop neer dat de gasten een menu voorgeschoteld krijgen van de chef, terwijl ze voor hem of haar aan de sushibar zitten.

In dit boek ga ik u proberen uit te leggen hoe u thuis zelf een sushidiner voor zes mensen kunt maken. Met ingrediënten die hier te koop zijn, maar die op Japanse wijze worden bereid. Hoe u de meest verse vis uitzoekt en waar u op moet letten om een zo hoog mogelijke kwaliteit te kopen.

Ik zal u stap voor stap laten zien hoe hele vissen schoon te maken, te verwerken tot filets, ze te prepareren voor sushi en ten slotte strak te portioneren. Nu denkt u misschien: dat is niet te doen, veel te moeilijk, veel te veel werk. Maar ik denk dat het best meevalt.

Sushi is in de basis zo simpel dat u al heel snel ontzettend lekkere maaltjes uit de mouw schudt. Toegegeven, dit boek is misschien niet voor elke dag, maar wel een goede handleiding voor wanneer u de tijd heeft om iets bijzonders te proberen. Ik heb het mijzelf aangeleerd door heel veel te oefenen in de keuken, over sushi te lezen in stapels kookboeken en door het internet af te turen.

Ondanks alle energie, liefde en tijd die ik hiervoor vrijmaak, blijf ik een hobbykok die niet in de buurt komt van de skills die professionele chefs hebben. Het is wel even iets anders wanneer je beroepsmatig elke dag voor het ochtendgloren op de vismarkt staat en dag in dag uit probeert om de beste sushi van de wereld te maken. Maar toch... sushi maken is veel te leuk om niet te doen en *practice makes progress*.

Wees aardig voor uzelf en probeer dingen te maken die misschien niet direct lukken en leer ervan voor de volgende keer. U zult zien dat u met wat oefening gewoon thuis bijzonder goede sushi voor uzelf en uw vrienden kunt bereiden.



WASABI

Wasabi is hét condiment voor sashimi, nigirizushi en sobanoedels. Het is het rizoom (een knokelachtig wortelstokje waar de bladeren uit omhoog groeien) van de *Wasabia japonica*-plant, die tot een pasta wordt geraspt en waarvan de smaak intens goed samen gaat met zurige rijst en rauwe vis.

De wortelstam van deze Japanse mierikswortelvariant groeit heel langzaam en alleen onder heel speciale omstandigheden. De beste kwaliteit wasabi groeit in het wild hoog in de Japanse bergen en is buiten Japan eigenlijk niet te koop. Gelukkig wordt het plantje de laatste jaren behoorlijk succesvol ook buiten Japan gekweekt en is het nu beter verkrijgbaar dan voorheen. Het is heel onwaarschijnlijk dat u echte, verse wasabi bij de groenteman of in de Aziatische supermarkt aantreft. Online is wasabi wel te vinden. Bestel het op tijd, zeker een paar dagen voor uw sushi-avond, zodat u het op tijd in huis heeft. (Zie voor verkoopadressen blz. 377.)

Omdat het plantje nogal eigenwijs is en zich niet gemakkelijk laat telen zonder lommerrijke, kraakheldere stromende bergbeekjes, is verse wasabi best kostbaar. Mede daarom is het raspen van dat groene goud vaak een van de eerste dingen die u een chef in een high-end omakasestijl restaurant ziet doen na binnenkomst van de gasten. Het is een indicatie dat de chef grote plannen heeft en goede producten op waarde weet te schatten. Desalniettemin gebruiken de meeste sushirestaurants wasabi in poedervorm of uit een tube. Dit is vaak een mengsel van gewone 'westerse' mierikswortel, mosterd en groene kleurstof. Maar goed, soms is het niet anders. Verse wasabi is prijzig en het is niet alle dagen feest. De smaak van 'namaakpasta' is vooral scherp en het mist alle subtiele frisse tonen en de bijna zoete, bloemige nasmaak van een echte wasabiwortel. In sushi-slang wordt wasabi door chefs afgekort tot *sabi* maar het wordt ook wel *namida* genoemd. Dit laatste woord betekent letterlijk 'tranen'.

Speciaal om wasabi te raspen zijn er prachtige, met haaienhuid beplakte, houten plankjes uitgevonden. Ze zorgen voor een homogene gladde pasta. U kunt ook een metalen rasp gebruiken. Die werken ook prima en gaan wat langer mee dan die raspjes van haai.

Wasabi blijft niet lang vers, bewaar het in een vochtig stuk keukenpapier op een schoteltje in de koelkast. U kunt wasabiwortel niet invriezen. Mocht u na uw etentje nog wasabiwortel overhebben die u niet snel gaat gebruiken, kunt u deze pekelen en er *wasabi zuke* (zie blz. 171) van maken.



WASABI RASPEN

Snijd een puntje aan de wortel onder de afsnijdsels van de blaadjes.

Rasp met de punt van uw mes de buitenkant van het worteltje mooi schoon.

Draai cirkels over de rasp zonder kracht te zetten, laat de rasp het werk doen.

Bewaar de wasabipasta in een klein ondiep bakje.

Draai het bakje ondersteboven, zodat de wasabi zo min mogelijk oxideert. Wasabi verliest zijn volle smaak al na ongeveer 25 minuten na het raspen. Maak daarom niet te veel vooruit.

DAIKON OROSHI | GERASPTE RETTICH

Geraspte daikon is heel erg lekker bij gegrilde vis, de frisse en peperige smaak is een heel goede tegenhanger.

Rasp een stuk daikon fijn op een *oroshigane* (Japanse rasp) of met een andere heel fijne keukenrasp. De geraspte daikon moet eruitzien als sneeuw.

Bewaar de geraspte daikon in een kom met fris water, zodat de bitterheid een beetje minder wordt.

Haal een handje rasp uit de kom en knijp de daikon droog.

Vorm de daikonrasp tot een klein bolletje en serveer bij de vis.

Bestrijk de daikon met wat sojasaus of shichimi togarashi.

SASHIMI

Sashimi is het gerecht dat tijdens een traditioneel kaisekimenu, meestal na een heldere soep, aan het begin van de maaltijd gegeten wordt. Sashimi (of *tsukuri*) bestaat uit plakjes rauwe vis en zeevruchten. Sashimi kan als onderdeel van een heel omakasestijl diner bestaan uit slechts twee plakjes fantastische vis met een simpele garnering en een beetje sojasaus.

In het geval dat u sashimi als set bestelt in een sushi-ya, bestaat het gerecht meestal uit drie of vijf verschillende soorten vis of schaaldieren (vier is een ongeluksgetal in Japan). Probeer uw sashimi gevarieerd te maken door zowel witte, gekleurde en vette olieachtige vissoorten te gebruiken. Verse pijlinktvis, coquilles en garnalen zijn ook te gek als sashimi. Snijd van vette vissen als tonijn, zalm en geelstaartmakreel dikkere plakken dan voor sushi. Maak mooie scherpe sneden, zodat de snijvlakken van de sashimi prachtig glanzen.

De stapeltjes rauwe vis worden op prachtig opgemaakte borden geserveerd met groentjes, kruiden en specerijen. Deze garneringen worden *tsuma* genoemd in sushi-lingo. Dat betekent letterlijk 'vrouw', omdat ze aan de zijde van de sashimi staat. Zo is shiso bijvoorbeeld onmisbaar bij de opmaak van een sashimigerecht. De bloemetjes, jonge scheuten, maar bovenal de bladeren, worden veel gebruikt om het gerecht mee op te bouwen. De peperige blaadjes zijn goede 'muurtjes' om de plakjes vis tegenaan te leggen en zo de opmaak van het bord mooi hoogte te geven. Shiso heeft behalve veel smaak ook antibacteriële eigenschappen en dat is nooit weg wanneer u met rauwe vis aan de gang gaat.

Ken is de naam voor groenten die in heel dunne julienne zijn gesneden. Meestal wordt hier daikon voor gebruikt, maar ook komkommer, radijs en *myoga* zijn hiervoor geschikt. Bergjes versnipperde daikon zijn goede ondergronden om de shisoblaadjes tegenaan te leggen. Zie ook bladzijde 103 over snijtechnieken met de usuba bocho.

Eetbare bloemen uit het seizoen, jonge kers van daikon of shiso en kundig gesneden groenten maken het bord sashimi extra mooi om te zien. Snijd citrusvruchten als citroen, limoen of yuzu in heel dunne plakjes als wandje om de plakken sashimi tegenaan te leggen.

Wasabi en sojasaus worden er los bij gegeven.

Sashimi wordt altijd met eetstokjes gegeten.



sashimi van hiramasa gemarineerd in mirin en bietensap (zie blz. 160)



voor 6 personen

3 eetl. zeezout, plus 1 theel.
4 niet al te grote sabafilets
(makreel) met huid (netjes
schoon gesneden en ontdaan
van alle graatjes,
zie pag. 256)
ca. 300 ml bruinerijstazijn, in ieder
geval genoeg om de filets mee
onder te dompelen, plus 3 eetl.
½ komkommer
1 eetl. suiker
1 vel nori
lik wasabi

VOOR ERBIJ
ponzu of sojasaus

HANDIGE KEUKENTOOLS
zaru of makisu
vershoudfolie
vispincet
keukenpapier

ZENSAI

SABA NORI MAKI | MAKREELROL

Eigenlijk is deze rol meer een sashimirool dan sushirol, want in deze maki zit geen rijst. Maar de makreel heeft meer dan genoeg umami en zijn vet wordt mooi door de azijn uitgebalanceerd. U houdt dus een heel mooi fris hapje in uw handen. Mocht hij nou lastig dicht te plakken zijn, dan mag u van mij stiekem toch een heel dun randje rijst ertussen plakken om hem mooi strak dicht te krijgen. Maar op een gegeven moment moet u het ook zonder kunnen. Oefening baart kunst! Zie de rijst maar even als de zijwieltjes op een kinderfiets.

Strooi van enige hoogte gelijkmatig een laagje zout over de zaru (bamboe vergiet) of over een makisu (bamboe sushimatje) dat op een bord ligt. Leg de makreelfilets met de huidkant naar onder op het zout en bestrooi ook de gesneden kant van de vis gelijkmatig met een flinke laag zout. Zoveel dat de alle filets helemaal bedekt zijn. Zet ze 45 minuten in de koelkast.

Spoel de filets goed af in een kom met koud water en leg ze vervolgens in een andere lage schaal met rijstazijn. Zet de schaal 1 uur in de koelkast. Haal de filets uit de azijn en laat ze in vershoudfolie nog minimaal 4 uur in de koelkast rusten zodat de azijn in het visvlees kan trekken.

Trek met behulp van een pincet en een droog stuk keukenpapier het vel vanaf de kopkant van de filet richting de staartkant er voorzichtig helemaal af, pas daarbij op dat de vis niet breekt. Herhaal dit met de andere filets.

Snijd de komkommer in heel dunne julienne (katsuramuki- en ken-techniek, zie blz. 103) en pickle deze met 3 eetlepels rijstazijn, 1 eetlepel suiker en 1 theelepel zout. Zet de komkommeralade 30 minuten in de koelkast. Knijp de komkommer droog in keukenpapier. Zet apart.

Leg 1 heel norivel met de gladde kant naar beneden op een droge makisu. Plaats de makreelfilets om en om op het norivel, zodat de volgende filet net een beetje op de voorgaande filet ligt. Dus niet naast elkaar maar net overlappend. Smeer een dunne streep wasabi over het midden van de filets en leg de komkommer netjes daaroverheen.

Nu wordt het spannend: vouw de rand nori die het dichtst bij u ligt over de eerste filet. Trek de nori naar u toe tot aan de rand van de makisu en rol deze nu strak op.

Maak het uiteinde van de nori een klein beetje nat met wat waterdruppels en uw vinger (of plak een rijtje gekookte rijstkorrels aan de bovenkant van de nori) zodat de rol goed dicht zit. Laat hem heel even rusten op de naad. Snijd de saba maki met een heel scherp mes met een vochtig lemmet in 6 stukken.

Serveer met ponzu of sojasaus.



握
刃
司

S
U
S
I



Was de vis goed in een kom met koud water. Spoel de buikopening goed schoon. Dep de vis droog met keukenpapier.



Snijd de kop van de vis af. Laat aan de kant boven het hoofd het mes dicht langs het bot gaan, zodat u het vlees boven de kop zo min mogelijk afsnijdt.



Draai de vis met de buikzijde omhoog en de kopkant naar rechts. Snijd met de punt van uw mes langs de vinnen van staart tot kop in. Snijd tot op de graten, niet door de hele vin heen. Maak na elke snede uw mes schoon met een vochtige schone doek.



Maak dezelfde snede langs de vin aan de andere kant van de buikzijde. U kunt wat keukenpapier gebruiken voor extra grip.



Maak nu een strakke snede over de hele buik van de vis. Volg de tekening in de huid en blijf aan de linkerkant van de ruggengraat.



Snijd het staartgedeelte overlangs los zodat de filets overal aan de randen los zijn.



Draai de vis met de staartkant naar u toe en snijd langs de ruggengraat de linkerfilet los.



Blijf dicht bij de graten met uw mespunt, zodat u al het visvlees er vanaf haalt.



Til de filet met uw linkerhand een beetje op om goed te zien wat u doet.



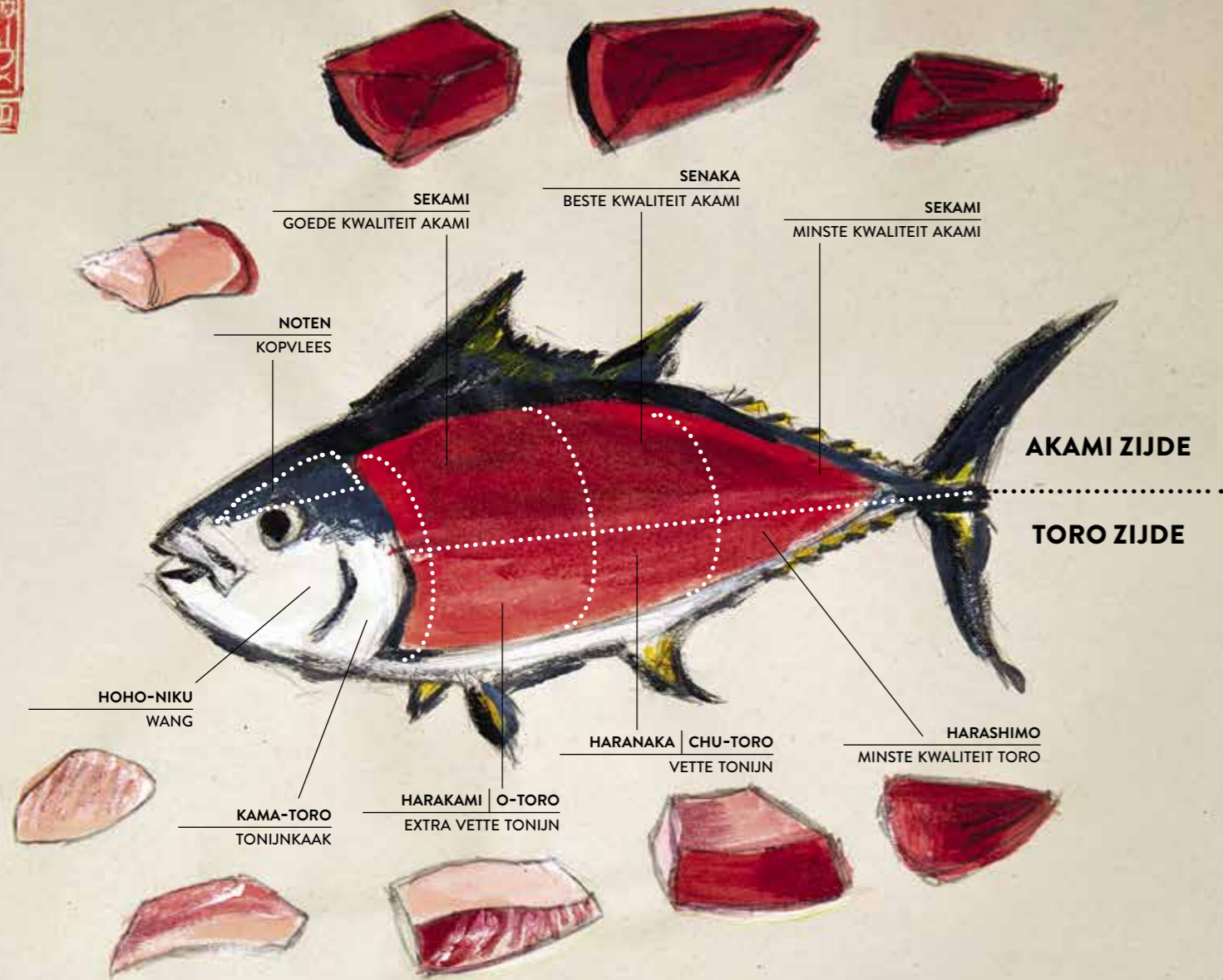
Draai de vis met de kopkant naar u toe en begin weer een snee vanaf de ruggengraat.



De filets aan de buikzijde zijn nu gedaan. Draai de vis met de rugzijde omhoog.



Maak met de punt van het mes weer twee sneden langs de vinnen en trek een strakke lijn van staart top kop, net links van de ruggengraat.



SAKUBLOKKEN SNIJDEN VAN TORO

In het onwaarschijnlijke geval dat u bij toeval tegen een heel stuk tonijnbuik aanloopt, komt dit hoofdstukje goed van pas. Hier laat ik u zien hoe een tonijn in elkaar zit en hoe de tussenhandelaren deze prachtige vissen helemaal opsnijden.

De tonijn wordt met een meterslang mes in de lengte van de vis in vier stukken gesneden. Twee rugzijden en twee delen van de buik waar ook het met vet doorregen toro-gedeelte zit. Toro betekent letterlijk 'smelten'.

Logische woordkeus om aan te geven hoe zacht dit gedeelte van de tonijnbuik is. De tonijn is dwars opgedeeld in drie stukken. Van de kop richting de staart heten deze de *kami* (bovenste), *naka* (middelste) en de *shimo* (het onderste stuk).

De uitdrukking 'tussen kop en staart zit de beste vis' is in het geval van een blauwvintonijn misschien niet op zijn plaats. De door chefs zelf meest geprezen stukjes tonijn zitten in de kop van de vis. Met name de *kama-toro* en het vlees uit de wang zijn ongelooflijk zacht en smaakvol.

TONIJNBUIK PREPAREREN | METHODE



Dit is de *harakami* waar de *tenba* vanaf is gesneden. Met andere woorden: het torogedeelte van de tonijn waar het magere rode vlees vanaf is gehaald.



Op de foto ziet u hoe de eerste sakublokken van de *o-toro* worden gesneden.



Het is belangrijk dat dit in één trekkende beweging met een lang en scherp mes gedaan wordt. Op deze manier wordt het snijvlak mooi glanzend.



Snijd onder het vlees door het vel los.



Zo valt de saku vanzelf rustig opzij.



Hier ziet u de sakublokken heel mooi verlopen van *o-toro* naar *chu-toro*.



tobiko gunkan, faux-ankimo gunkan (zie blz. 295), ikura gunkan

voor 6 stuks

120 gram sushi meshi (zie blz. 152)
wasabi
2 vellen nori
6 eetl. tobiko (vliegende-viseitjes)

voor 6 stuks

6 eetl. ikura (zalmeitjes)
2 eetl. sake
2 eetl. mirin
2 eetl. sojasaus
120 gram sushi meshi (zie blz. 152)
wasabi
2 vellen nori
komkommer, voor de garnering
(optioneel)

SUSHI

TOBIKO GUNKAN | GUNKAN MET VLEGENDE-VISEITJES

Tobiko is de kuit van de vliegende vis en ligt meestal in de vriezer van de Aziatische supermarkt. Op de chique afdeling van de supermarkt of bij de vishandel zelf staan de eitjes vaak in glazen potjes in de koeling.

Deze knapperige visseneitjes hebben een fris-zilte smaak en zijn meestal oranje van kleur. Er zijn ook groen-, zwart- en roodgekleurde versies te koop, die in smaak maar een klein beetje verschillen.

Dikwijls worden deze eitjes gebruikt als vulling in maki of als versiering aan de buitenkant van uramaki. Als vulling voor gunkanmaki is het ook geweldig lekker.

Maak 6 bolletjes shari zoals u ze ook voor nigirizushi zou vormen (zie blz. 206).

Smeer een beetje wasabi op de rijst en snijd een reep nori af die ongeveer een derde hoger is dan het rijstbolletje.

Begin op twee derde van de zijkant van de shari en wikkel de strip nori er strak omheen. Plak het einde vast aan het begin van de nori met een korreltje rijst als de nori losschiet. Vul de maki met de tobiko netjes tot de bovenkant van de nori. Niet te veel, niet te weinig.

IKURA GUNKAN | GUNKAN MET ZALMEITJES

Zalmkuit is een delicatessie in Japan. Naast sushibeleeg wordt ikura ook veel gebruikt in ikuradon: een grote kom warme rijst met een flinke schep ikura en wasabi erop. Ikura is goed te vinden in potjes bij de vishandel en de meeste supermarkten.

U kunt de zalmeitjes die gezouten zijn tijdens het verpakken lekker op smaak maken met, in gelijke delen vermengd, sake, mirin en sojasaus. Gebruik wel goede (hon-)mirin en kwaliteitssojasaus, de eitjes zijn kostbaar en een goede marinade zeker waard.

Spoel de ikura in koud water en laat de eitjes uitlekken in een vergiet. Kook de alcohol van de sake en mirin af in een pannetje. Voeg de sojasaus toe aan en laat het mengsel afkoelen tot kamertemperatuur. Kiep dan de eitjes erbij en zet alles voor 1 nacht afgesloten in de koelkast. Het sojamengsel wordt door de eitjes opgenomen en geeft de ikura een volle uitgebalanceerde smaak.

Maak de gunkanmaki op dezelfde manier als die met tobiko. Een garnering van komkommer is heel klassiek op deze sushi.

voor 6 stuks

MAKIZUSHI | SUSHIROL

1 vel nori
 1 hand sushi meshi (zie blz. 152)
 wasabi (optioneel)
 3 eetl. gesneden hamachi (geelstaartmakreel), vermengd met ½ bosui, in fijne ringen en ½ theel. wasabi, of naar smaak plukje waterkers, harde stelen verwijderd, vermengd met 1 afgestreken eetl. kewpie mayonaise

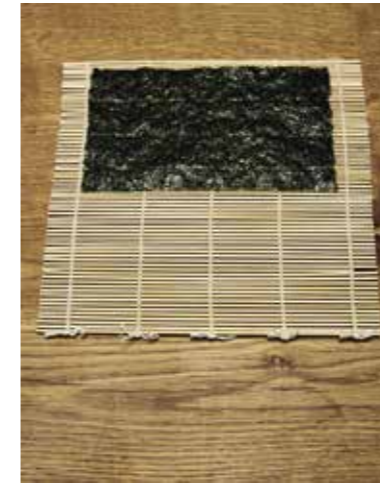
HANDIGE KEUKENTOOL
 makisu

De makizushi of sushirol is een gemakkelijk gerechtje waarbij u maar één keer moeite hoeft te doen om zes gelijke hapjes te maken.

De vullingen zijn eindeloos. Maar vooral is het fijn om in een makizushi wat ingrediënten te verwerken waar u vanaf wilt, kleine afsnijdels van vis bijvoorbeeld, die u kunt hakken tot tartaar. Er gaat vaak wat groente of wier tussen voor de smaakbalans en kleur en een sausje – mayonaise bijvoorbeeld – om de boel lekker aan elkaar te plakken. Hier maak ik hamachimaki.



MAKIZUSHI | METHODE



Snijd een vel nori op twee derde van de hoogte af. Leg een droge makisu (bamboematje) voor u op de werkbank en leg de nori erop. Laat 1 kleine centimeter aan uw kant van het matje vrij.



Verdeel voorzichtig een dunne laag sushirijst met uw vingertoppen over de nori. Niet te dik, maar net genoeg zodat u geen nori meer door de rijstkorrels heen ziet.



Doe dit heel luchtig, plet de rijstkorrels niet. Gebruik bijna de hele breedte van het vel en laat aan de kant, het verst van u af, een halve centimeter vrij.



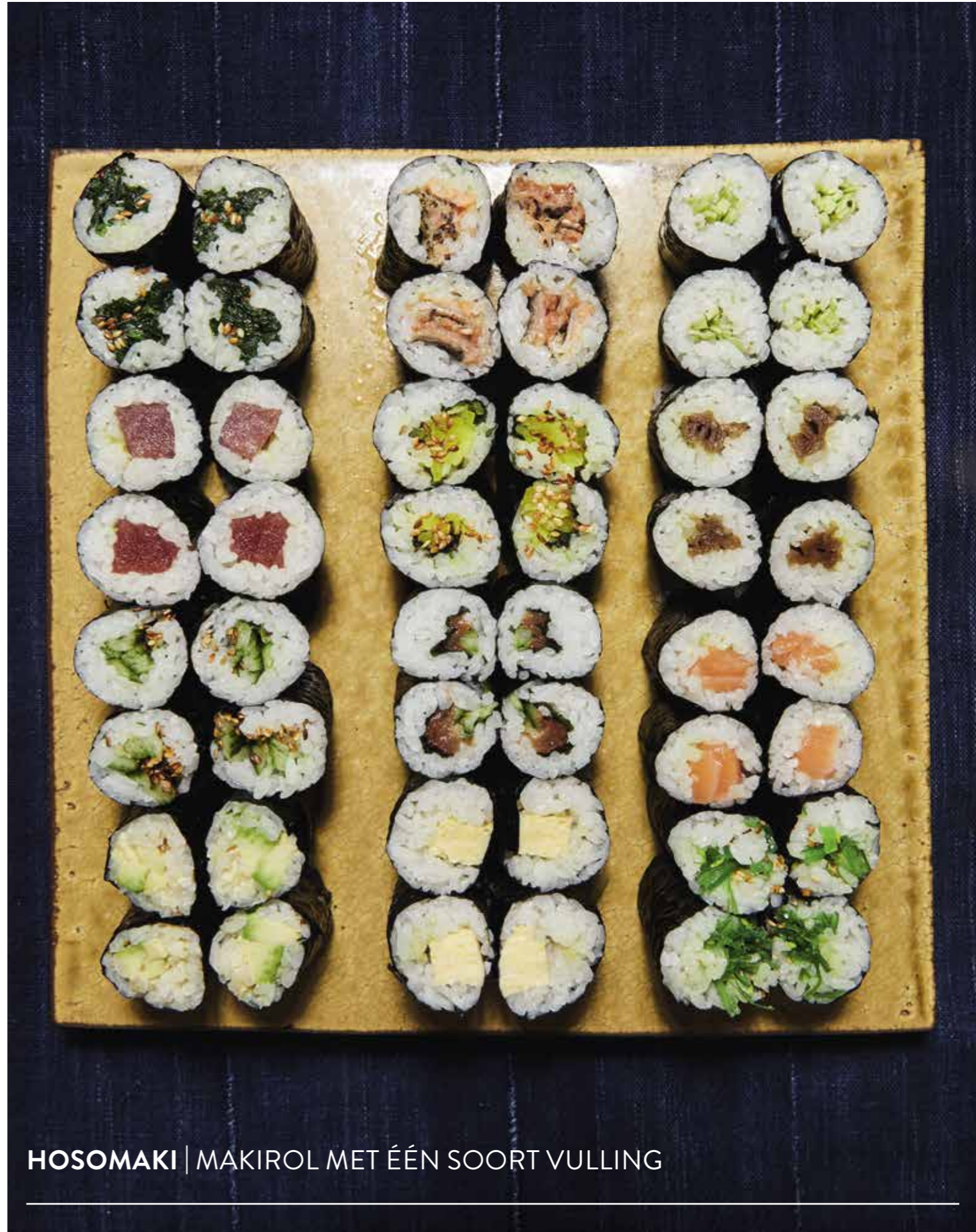
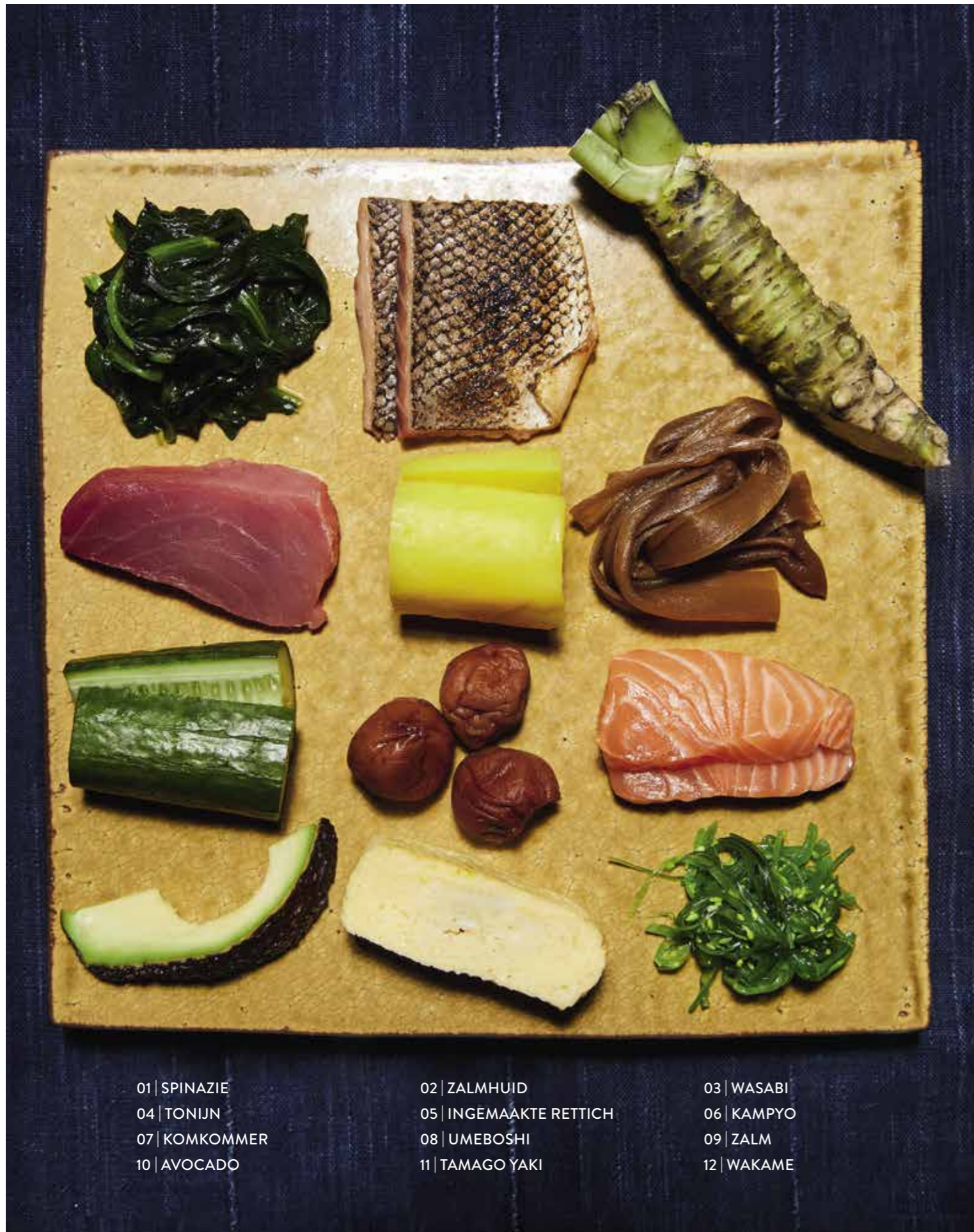
In deze rol zit er al wasabi door de vulling (blokjes hamachi en bosui), smeer bij een andere vulling met een (schone!) vinger een dunne streep wasabi over het midden van de rijst en schep uw vulling eroverheen.



Plaats een gelijke hoeveelheid garnituur (hier waterkers met kewpie) naast de vis, en zorg dat alle ingrediënten netjes naast elkaar liggen. Gebruik niet te veel, anders krijgt u straks de rol niet meer dicht.



Trek het norivel naar u toe tot vlak voor het einde van het matje.



串揚げ いやさか

I Z A K A Y A - K A N A Z A W A

グッとくる。コクが飲みごたえ。
グッとくる。コクが飲みごたえ。
グッとくる。コクが飲みごたえ。
グッとくる。コクが飲みごたえ。

380円 380円 380円 380円

ASAHI BEER
20

串かつ 300円
とて焼 300円
痰ビール 380円
五子 かんこん とうもろこし
ししとう 長ねぎ 豚つくね
しいたけ フライコー いか
にんじん チーズ じゃがいも
各種 11月〜

本
い
い