



Oosterse soep met oesterzwammen

3 vleesbouillontabletten
200 g oesterzwammen
5 theelepels Chinese
sojasaus,
40 g tauge
75 g gekookte ham
¼ krop ijsbergsla (ca 120
g).

Vorbereiding:
1 ½ liter water met bouillontabletten aan de kook brengen.
Ca. 5 minuten zachtjes laten koken. Intussen oesterzwammen
schoonvegen met keukenpapier. In smalle repen snijden.
Bouillon op smaak brengen met sojasaus. Van vuur af
oesterzwammen erdoor roeren. Af te laten koelen. Tot gebruik
afgedekt in koelkast bewaren. In zeef tauge onder koud
stromend water afspoelen. Laten uitlekken. Ham in
flinterdunne reepjes snijden. Tauge, ham ijsbergsla in kom
doen omscheppen. Tot gebruik in koelkast zetten.
Bereiden: Oesterzwammenbouillon opnieuw aan de kook
brengen. Groente mengsel over borden verdelen. Bouillon
erop scheppen.

Sushi-rolletjes met zalmfilet (Nori-Maki)

2 el. rijstazijn, witte
1 stukje komkommer
2 norivellen
Sojasaus, Japanse
2 el. suiker
4 el. wasabi
100 gr. zalmfilet
1 tl. zout
150 gr. sushi-rijst
1 bamboeblad
25 dl. water

In plaats van een tube wasabi kunt u ook wasabipoeder
aangemaakt met water gebruiken.
De rijst wassen, een half uur in water weken, uit laten lekken en
in het water gaarkoken. De gare rijst mengen met
een mengsel van de rijstazijn, suiker en zout. Laat de rijst
afkoelen.
Snijd de zalmfilet en komkommer in lange repen. Rooster de
nori-vellen, als ze ongeroosterd zijn, met de glanzende
naar beneden 1 minuut in een droge koekenpan. Snijd de nori-
vellen door.
Leg steeds een stuk nori met de glimmende kant naar beneden
op het bamboematje en bedek de nori met een dun
laagje rijst. Laat aan de bovenkant circa 2 centimeter van de
nori vrij. Leg een kwart van de zalm en komkommer in
het midden over de breedte van de rijst. Rol de sushi, met
behulp van het matje, in de breedte stevig op. Maak het
onbedekte deel van de nori vochtig en druk dit stevig op de
sushirol.
Maak op de zelfde wijze nog de resterende sushirolletjes zodat
iedereen er eentje heeft.
Snijd iedere sushirol in 8 stukken. Serveer per persoon een
eetlepel wasabi en een kommetje sojasaus als een dip
bij de sushi.





Sushi Maki

300 gr. sushi-rijst
450 ml. water
1 tl. zout
3 el. rijstazijn
2 el. suiker
3 vellen nori
150 gr. tonijnfilet
1 stengel lente-ui
1.5 tl. wasabi
3 el. sojasaus

Spoel de rijst met koud water in een zeef tot er helder water van af komt.

Laat de rijst minimaal 30 minuten onder water weken.

Doe de rijst met het water en het zout in een pan en breng het geheel aan de kook.

Laat de rijst op laag vermogen afgedekt ca. 10 minuten doorgaren.

Neem de pan van de plaat en laat de rijst nog 10 minuten met deksel nagaren.

Roer de suiker met de azijn los. Snijd de lente-ui in zeer dunne ringetjes en spatel dit met het suiker/azijnmengsel door de rijst. Laat de rijst tot lichaamstemperatuur afkoelen.

Snij de tonijnfilet in repen van 1 cm. dikte.

Leg een vel nori op een rolmat. Maak de vingers nat met een mengsel van azijn en water en spreid de rijst uit over het norivel. Zorg hierbij dat er aan de bovenkant zo'n 4 cm. nori vrij blijft.

Leg in het midden van de rijst de reep tonijn. Smeer de wasabi uit over de tonijn en rol alles tegelijk in de richting van de vrije strook nori.

Laat de rol een paar minuten liggen om stevig te worden. Snijd met een vochtig mes de sushirol in plakken en serveer er ietwat sojasaus bij.

Sushi-broodjes

100 gr. tonijn
150 gr. rijst, Japanse
1 el. suiker
2 el. rijstazijn, witte
0.2 l. water
Zout

In plaats van tonijn kan bijvoorbeeld ook zalm of grote garnalen gebruikt worden.

De rijst wassen, een half uur in water weken, uit laten lekken en in het water gaar koken. De gare rijst mengen met een mengsel van de rijstazijn, suiker en zout. De rijst af laten koelen. De tonijn in dunne plakjes snijden. Van de rijst broodjes vormen en deze beleggen met tonijn.





Gemarineerd Japans rundvlees (Gyuniku Teriyaki)

8 entrecotes
1 teen knoflook
1 stukje (van 2 cm.)
gemberwortel
2 el. suiker
6 el. sojasaus, Japanse
ongesuikerde
6 el. mirin
4 el. dashi
1 tl. maïzena
Water, koud

Lekker met pandanrijst en (Japanse) rettichkoolsalade.

Neem bij voorkeur dunne entrecotes.

In plaats van mirin (kookrijstwijn) kunt u ook droge sherry (eventueel met wat suiker) gebruiken. En in plaats van dashi kunt u ook gewone bouillon gebruiken.

Snijdt de randjes vet van de lapjes vlees. Snijd de lapjes vlees in twee of drie stukken. Pers de knoflook boven de kom uit. Schil het schijfje gember en hak het heel fijn. Roer de gember met een achtste deel van de suiker door de knoflook. Roer dan ook de sojasaus en de mirin erdoor.

Schep de stukken vlees door de marinade en marineer ze circa 30 minuten. Verhit de grillplaat of grillpan op het vuur.

Bestrijk de grillplaat of de pan heel dun met olie. Leg de stukjes vlees erop en rooster ze in circa 3 minuten bruin en gaar. Keer ze halverwege. Keer de stukjes vlees niet eerder, dan dat ze vanzelf van de plaat loslaten. Verhit intussen de marinade in de steelpan. Roer de rest van de suiker en de dashi erdoor en kook het geheel circa 1 minuut.

Roer de maïzena glad met het koude water en voeg dit al roerende aan de saus toe. Bestrijk de plakjes vlees met de saus. Verdeel het vlees over de warme borden.

