

## Módulo 3

### Mise en Place



En el centro de la mesa de trabajo justo en frente nuestro vamos a tener nuestro Makisu, envuelto en film. Justo a continuación tendremos nuestro Shari y un cuenco con agua para mojar nuestras manos y que no se adhiera el arroz. A nuestra izquierda todos los ingredientes de relleno ya cortados. El pescado vamos a sacarlo de la heladera a último momento. Y finalmente a nuestra derecha tendremos una tabla y un cuchillo por cualquier corte adicional que necesitemos hacer.

También tendremos preparada una bandeja en la que iremos colocando nuestros Rolls terminados. Y fundamental, un repasador para limpiar nuestras manos constantemente a

medida que vamos armando los makisushis. A mi me sirve tenerlo enganchado y colgando del delantal.

## Tipos de Makisushi

MAKI = arrollado

NORI = alga

---

Makisushi

Norimaki

Arrollado de sushi con alga por fuera



---

Uramaki

Arrollado de sushi con alga por dentro



## Planificación

Al momento de preparar esta comida tenemos que anticipar los siguientes aspectos:

- Cantidad de comensales: en función de ello deberemos estimar las cantidades de arroz, alga, pescado, fruta y verdura a comprar.
- Tipos de piezas que vamos a elaborar: depende en forma directa de la cantidad de comensales y de la combinación y variedad de piezas que tengamos intención de presentar. Así entonces vamos a saber cuánto cortar de cada ingrediente y de qué medida hacerlo (si va a ser el contenido de un roll de un solo ingrediente o va a estar

combinado con otros). Por ejemplo, en los videos de esta clase vamos a preparar lo siguiente:

Relleno	Tipo	Siding	Topping
Salmón + Palta + Philadelphia	Norimaki	-	-
Salmón marinado en Leche de tigre	Norimnaki	-	Cebolla morada y cilantro
Langostino en tempura + Mango	Norimaki	-	Salsa de maracuyá + batata frita
Kani Kama + Pepino	Uramaki	Salmón	-
Salmón + Queso Philadelphia	Uramaki	Palta	-
Lenguado cocido	Uramaki	-	Salsa de naranjas + praliné de cascaritas
Salmón	Uramaki + sésamo blanco y negro	-	Guacamole
Salmón + Tamago	-	Papel de arroz	-

- Tiempo necesario:

El cronograma sería el siguiente y parte del momento final que sería "*el momento de comer.*"

- ✓ El día anterior preparar
  - Salsas
  - Toppings
  - Elementos de decoración
- ✓ Hasta 8 horas antes
  - Comprar el pescado fresco y pedir hielo.
- ✓ Por la mañana
  - Preparar todo lo cocido: omelette, pescados fritos o sellados
  - Lavar y cortar las verduras y frutas

- Armar los sidings de pescado y palta y dejar envueltos en film
- ✓ 4 horas antes, y 2 horas antes de armar los rolls
  - Cocinar y aderezar el arroz
  - Cortar el pescado
- ✓ 2 horas antes
  - Armar los rolls y las piezas
- ✓ 30 minutos antes de comer
  - Preparar Wasabi
  - Cortar los rolls
  - Emplatar

## **El armado del Makisushi**

Armado del Norimaki

- 1- Tomar una cantidad de arroz similar a una pelota de tenis (120 gramos aproximadamente).
- 2- Colocar sobre el makisu un alga entera con la parte rugosa hacia arriba.
- 3- Distribuir el arroz sobre dos tercios del alga.



- 4- Comenzar a enrollar levantando el makisu con los dos pulgares por debajo y sosteniendo los ingredientes con el resto de los dedos para que no se desplacen por el arroz a medida que vamos enrollando.



- 5- Girar hasta cerrar el roll





- 6- Al llegar el punto en el que el makisu toca el arroz, levantarlo para que no quede atrapado en nuestro roll y seguir girando, acompañando con el makisu, hasta cerrar por completo



- 7- Guardar los Rolls que vamos armando refrigerados hasta media hora antes de servir. Si hacemos mucha cantidad podemos poner un repasador entre ellos, pero no debemos envolverlos en film porque el alga se humedece demasiado.









2. Colocamos el alga sobre la parte inferior del makisu con la parte rugosa hacia arriba.



3. Tomar una cantidad de arroz un poco más pequeña que una pelota de tenis (75 gramos aproximadamente), la distribuimos procurando llegar a todos los bordes y excedernos con el arroz por medio centímetro en la parte superior. Esto es lo que nos va a ayudar a cerrar el roll.





4. Condimentamos el arroz con el ingrediente a elección. Pueden ser semillas de sésamo blanco y negro, verdeo cortado en tiritas muy finitas, ciboulette, Furikake, huevos de caviar, cascaritas de naranja o batata frita.



5. Damos vuelta el alga con el arroz y la ubicamos en la parte de abajo del makisu, paralela al borde, con el excedente de arroz hacia arriba.





6. Rellenamos con los ingredientes elegidos. En este tipo de rolls invertidos no debemos excedernos con el relleno porque sino va a ser dificultoso cerrarlo.

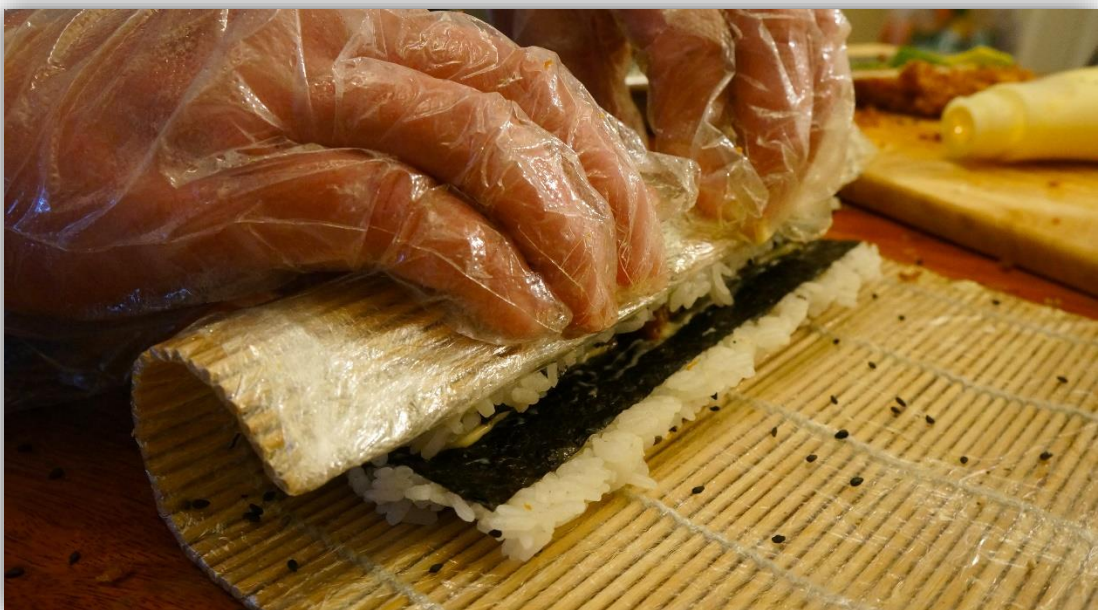




7. Al igual que en los norimaki, vamos a colocar los dedos pulgares por debajo del makisu, y sosteniendo el relleno con el resto de los dedos vamos a comenzar a enrollar



8. Vamos a ejercer presión firme pero sin aplastar sobre los ingredientes, acompañando en forma pareja.





9. Vamos a enrollar hasta llegar a un centímetro antes de finalizar el alga.



10. Como se ve en la imagen....



11. Llegado a este punto vamos a levantar el makisu para que no quede atrapado dentro del roll y vamos a continuar enrollando.
12. En caso de que queramos darle forma cuadrada vamos a sostener por los costados con el pulgar de un lado; y con el mayor, anular y meñique del otro... y con los dedos índices vamos a ejercer presión sobre la superficie con firmeza, pero sin aplastar para que no se apelmace el arroz o salga el relleno por los costados.



13. Así queda nuestro roll invertido terminado.





## Sidings

En forma opcional se puede agregar por encima de los Uramakis lo que llamamos "siding", que son ingredientes adicionales que podemos tener cortados de antemano y reservados envueltos en film en la heladera:



Veamos un ejemplo con palta, que podemos replicar con cualquiera de los demás ingredientes...

Para hacer los rolls cubiertos en palta vamos a elegir una palta a punto. Ni verde ni muy blanda porque sino las rodajas se van a deshacer y a oxidar muy rápido. Vamos a cortar la palta por la mitad, quitar el hueso y cortarla en rebanadas finas. Luego vamos a colocar un film sobre un alga nori, para tomar como referencia el ancho que tenemos que cubrir, y sobre el iremos superponiendo las rodajas de palta. Podemos preparar este siding con anticipación y conservarlo envuelto en film refrigerado hasta el momento de armar.



Llegado el momento de utilizar, vamos a descubrir una de las caras del film, vamos a montar sobre el roll y fijar ejerciendo presión con el makisu. Este roll se guarda envuelto en film hasta el momento de cortar y emplatar.



Es ideal cortarlo con el film sobre la parte de arriba para proteger mejor el roll y evitar que se desarme y al momento de emplatar retiramos el film.





Del mismo modo que hicimos con la palta podemos replicar la técnica con:

- Láminas de palta
- Láminas de rabanito
- Salmón rosado
- Atún rojo
- Tamago

