Япония является одной из тех стран, что преподнесли миру здоровое питание. Так, японцы открыли суши, которые стали популярны во многих странах мира. Данное блюдо обрело большую популярность не так давно. Хотя из Японии суши стали выходить где-то в 70-х годах прошлого века. Японская кухня довольно своеобразна и нравится только определенному типу людей. Причем из японских суши они превратились в европейские, многократно переделываясь.



Был пример, когда в США владелец сети суши-баров увидел, что посетителям были не по вкусу водоросли. И тогда он переместил лист нори внутрь суши. В результате родилась разновидность суши. В Европе большую популярность получили роллы под названиями «Филадельфия», «Калифорния». «Филадельфия» является более мягким видом, в котором есть отсутствует лист нори. А в случае «Калифорнии» водоросли находятся под слоем риса.

Много людей готовят суши самостоятельно, ведь в этом нет особых сложностей. Просто надо потренироваться, чтобы суши были качественными. Если вы найдете рецепты и будете следовать им со всей тщательностью, то суши выйдут как надо. Когда наберете необходимый опыт, то можете отказаться от покупных суши и все потребности в этом

продукте будуте удовлетворять сами.

А теперь несколько советов по тому, как лучше приготовить суши. Стоит сказать, что васаби не нужно хранить больше 2-х недель. При выпадении начинки из ролла подожмите края. Рис для приготовления суши выбирайте с круглыми зернышками. Чтобы роллов получались красивыми и ровными, отрезайте их острым ножом.

Когда будете готовить суши, нори направляйте тусклой поверхностью внутрь ролла. Сушеные водоросли должны храниться в месте, где поддерживается низкая влажность. Между суши знатоки рекомендуют есть имбирь. Чтобы прожарить кунжут, нужно выложить его без масла на разогретую сковороду. Чтобы роллы получили нужную форму можете использовать циновку. Помните, что суши нужно съедать в течение нескольких часов после приготовления.

Вместе с суши и роллами лучше всего подавать салат, в котором есть огурец и дайкон. Суши и роллы относятся к здоровым низкокалорийным блюдам, каких в японской кухне большое количество. Японцы для суши используют соевый соус вместо соли. Они говорят, что помимо соли в нем еще содержатся полезные элементы.

Суп в Японии очень часто едят вместе с суши, если вы не знали. В большинстве случаев суши повара – это мужчины. Мастера суши готовятся на эту профессию до 5 лет. Икра от летучей рыбы прозрачная в ее натуральном виде. А цвет она приобретает благодаря красителям. Кстати, недобросовестные суши повара под видом васаби могут просто класть хрен со специями и красителями.