

Checkliste (Sushizubehör)

Um Sushi selbst machen zu können braucht man erst ein paar Utensilien.

Hier eine Checkliste mit Dingen, die Sie für Ihre ersten Sushi's brauchen werden:

BASIS Zutaten	
<i>deutsch</i>	<i>japanisch</i>
Reis	Kome, Ketan
Reisessig	Komesu, Su
Soja-Sauce	Shoyu
Seetangblätter	Nori
Seetang (dick)	Kombu
Koch-Reiswein	Mirin
jap. Meerrettich	Wasabi
eingelegter Ingwer	Gari, Shôga
Sesam (geschält)	Goma
Zucker	Satô
Salz	Shio
Mayonnaise	Mayonêzu

Kochutensilien	
<i>deutsch</i>	<i>japanisch</i>
Reiskocher	Gohan Mushi
Reisspachtel (Spatel)	Shamoji
Bambusmatte	Makisu
Holzschüssel	Hangiri
Messer	Hocho
Fächer	Uchiwa
Schere	Hasami
Kunststoffbretter	Ita
kl. Schälchen	Sara
Klarsichtfolie	Foiru
Küchentuch	Fukin

Gemüse	
Möhre	Ninjin
Gurke	Kappa, Kyûri
eingelegter Rettich	Oshinko
Avocado	Avocâdo
Mango	Anmara
Kürbisstreifen	Kanpyô
Paprika	Piman
Spinat	Hôrensô
Pilze	Shiitake
Frühlingszwiebeln	Wakegi

Fisch und Meeresfrüchte	
<i>nicht roh (geräuchert, gekocht)</i>	
Aal	Unagi
Forelle	Masu
Garnelen	Ebi, Amaebi
Heilbutt	Ohyô
Hering	Nishin
Lachs, Wildlachs	Sake
Lachsforelle	Karaffo Masu
Makrele	Saba
Rogen (Lachs, Forelle..)	Gyoran
Sardine	Iwashi
Schrimps	Shurinpu
Surimi (Krebsimitaten)	Surimi
Thunfisch	Maguro

Gedekter Tisch	
Stäbchen	Hashi
Stäbchenbank	Hashioki
sushibrett	Geta
kl. Schälchen	Sara

<i>rohe Ware</i>	
Lachsfilet	Sake
Thunfischfilet	Maguro
Kalmar, Tintenfisch	Ika
Tilapia	Tirapia
Oktopus (Polyp)	Tako

Sushi-Zu (Würzmischung) für 1kg Reis	
8 EL Reisessig	40 gr.
5 EL Zucker	25 gr.
2 EL Reiswein	10 gr.
2 EL Soja-Sauce	10 gr.
oder 1/2-1 EL Salz (statt Soja)	

www.sushi-workshop.de