



Kookstudio
Culinair Centrum

www.culinairecentrum.nl
0492 – 381565

Beste gast van Culinair Centrum,

Leuk dat u aanwezig was bij een kookworkshop in Culinair Centrum. Wij hopen dat u veel geleerd heeft en genoten!

Hierbij ontvangt u de recepten om ze thuis nog eens te maken.

Regelmatig organiseren wij nieuwe kookworkshops met uiteenlopende thema's. Kijk eens op onze website voor het actuele aanbod van onze open workshops.

Uiteraard bent u ook welkom om met een groep vanaf 8 personen op iedere dag van de week een kookworkshop naar eigen wens te volgen.

Heeft u geen zin om zelf te koken? Onze koks koken ook graag voor u. U kunt bij ons terecht voor een feestje met een borrelgarnituur of buffet. Ook de catering op uw eigen locatie regelen wij graag voor u. Uiteraard altijd met dagverse producten en alles ambachtelijk bereid.

Graag tot een volgende keer in Culinair Centrum te Aarle-Rixtel.

Met culinaire groet,

Dorothe Saasen



Kookstudio
Culinair Centrum

www.culinairecentrum.nl
0492 – 381565

Sushi kookworkshop 6-6-2016

door Kean van restaurant Roka te Helmond

sushi temaki

sushi nigiri

sushi maki

Bavette met togarashi kruiden op de bbq, teriyaki saus,

udon noodles,

mousseline van zoete aardappel, groene asperges,

Parfait van matcha

tempura van zoete aardappel

gemarineerde ananas



Sushirijst

500 g sushirijst
600 ml koud water
65 ml witte wijnazijn
65 ml rijstazijn
65 g suiker
32 g zout

Bereiding:

- Spoel de rijst tot het spoelwater helder is. Laat de rijst 10 minuten rusten.
- Zet de rijst met koud water op en kook circa 2 minuten op hoog vuur.
- Draai het vuur lager en kook de rijst circa 5 minuten op middelhoog vuur.
- Draai het vuur nog lager en kook de rijst nogmaals circa 12 minuten op laag vuur.
- Zet het vuur uit en laat de rijst circa 15 rusten met een theedoek en deksel op de pan.
- Verdeel de rijst in een brede bak of kom zodat de rijst goed verspreid is en iets af kan koelen.
- Verwarm in een pan de witte wijnazijn met de rijstazijn, suiker en zout. De suiker en het zout moeten geheel opgelost zijn. Laat iets afkoelen.
- Besprenkel de rijst met een beetje van het azijnmengsel en vouw de rijst door elkaar. Het is niet de bedoeling dat je rijst roert.
- De rijst is goed als iedere korrel los is en een beetje van het azijnmengsel heeft.
- Maak de sushi zo snel mogelijk na het vermengen van de rijst met het azijnmengsel.



Temaki

De temaki is een afwijkende rol. Deze maki wordt ook wel een handrol genoemd. De temaki wordt gevormd door een stuk nori in de hand te houden, daarop een aantal ingrediënten te leggen en het geheel te draaien tot een klein puntzakje.

2 el mayonaise
wasabi naar smaak
1 avocado
200 g zalmfilet
1 komkommer
norivellen

Garnering

sojasaus
wasabi
ingelegde gember

Bereiding:

- Breng de mayonaise op smaak met wasabi.
- Schep de wasabimayonaise in een spuitzakje.
- Maak de avocado's schoon en snijd in gelijke repen.
- Snijd de zalm in dezelfde repen als de avocado.
- Halveer de komkommer, verwijder de zaadlijst en snijd het vruchtvlees julienne.
- Pluk en hak de koriander
- Halveer een norivel en leg een helft uit.
- Maak je handen nat.
- Leg wat rijst op een kant van het norivel.
- De laag rijst moet circa 1 centimeter dik zijn.
- Leg op de rijst een plak avocado, enkele komkommerreepjes en wat zalmreepjes.
- Spuit wat wasabi-mayonaise over de vulling.
- Rol de nori tot een puntzak (zoals vroeger pijltjes rollen).
- Maak de rand van het norivel een beetje nat en plak dicht.
- Herhaal tot de rijst en vulling op is of tot je het gewenste aantal Temaki hebt.
- Serveer de Nigiri Temaki direct met de sojasaus, wasabi en ingelegde gember.



Sushi nigiri

Nigiri is een langwerpige bolletje rijst wat gevormd wordt met de handen. Op het bolletje rijst wordt een stukje verse vis, omelet of een ander ingrediënt gelegd. Als het ingrediënt glad is dan wordt er een klein reepje nori om de nigiri heen gewikkeld

1 portie sushirijst
tonijn
zalm
garnalen

Bereiding:

Vis Nigiri

- Maak je handen nat in het su-water. Neem een eetlepel rijst en vorm het tot een bolletje in je hand.
- Snijd de tonijn of zalm in dunne plakken ter grootte van de rijstbol.
- De garnaal schoonmaken en darmen eruit halen via de buikzijde.
- Spiesje erdoor duwen dat hij recht is en dan in niet kokend water laten garen.
- Af laten koelen.
- Besmeer een kant van de vis naar smaak met wasabi en leg de vis op de rijstbol met de besmeerde kant op de rijst.
- Druk zacht aan.



Sushi maki

1 portie sushirijst

vis zoals zalm, tonijn

1 avocado, gepeld en de pit verwijderd

2 vellen nori, overdwars doormidden gesneden

4 eetlepels tobiko-viseitjes, of sesamzaadjes, licht geroosterd

2 eetlepels mayonaise, desgewenst

voor erbij

ingemaakte gember

Sojasaus

wasabi

voor het azijnwater

250 ml water

2 eetlepels rijstazijn

Bereiden

- Maak de sushirijst.
- Bereid intussen de ingrediënten voor de vulling voor.
- Snijd de vis, avocado en komkommer in mooie dunne repen
- Snijd de zalm of tonijn in lange repen van 1 cm breed
- Bevochtig de handen met azijnwater.
- Maak een rol van een kwart van de rijst en spreid de rijst uit tot een bed rijst.
- Strooi er 1 eetlepel sesamzaad of de tobiko-viseitjes over.
- Druk zachtjes aan, zodat het sesamzaad of de tobiko-viseitjes op de rijst blijft plakken.
- Draai het hele rijstbed om op een met plasticfolie bekleed bamboematje.
- Schik 2 plakjes avocado met 1 stukje vis overdwars in een rij op de rijst.
- Smeer bij gebruik van mayonaise ongeveer een halve eetlepel over de ingrediënten.
- Snijd elke rol in 6 even grote stukjes.
- Serveer en geef er schaaltes ingemaakte gember, sojasaus en wasabi bij.



Teriyaki saus bij Japanse

Ingrediënten: (8 personen)

1 knoflookteen
½ rode peper
300 ml water
150 ml donkere sojasaus kikkoman
6 gram kippenbouillon
25 g bruine basterdsuiker
1 eetlepel aardappelzetmeel

Bereiding:

- de rode peper in zijn geheel mee laten koken.
- Pel de knoflook en snijd in grove stukken
- Voeg alle ingrediënten samen
- Verhit en kook iets in (niet te veel, iets stroperig)
- Zeef de saus
- Bind bij tot een mooie saus met aardappelzetmeel



Bavette met togarashi kruiden op de BBQ

Ingrediënten: (8 personen)

1 stuk bavette
togarashi kruiden.
olie
peper en zout

Bereiding:

- Smeer de bavette in met een dun laagje olie en kruid het vlees met togarashi kruiden.
- Braad de bavette op de barbecue indirect bij 120°C totdat de kern van 54° is bereikt.
- Grill nu het vlees heel kort boven hete kolen totdat het een mooie grillkleur heeft gekregen. (direct)
- Laat 10 minuten rusten onder folie.
- Trancheer het vlees.
- Serveer met groene asperges van de grill en andere seizoen groenten. eventueel met noodles erbij.



Mousseline van zoete aardappel

Ingrediënten: (8 personen)

750 gr. zoete aardappels
100 gr boter
100 ml melk
100 ml slagroom
zout en peper

Bereiding:

- Schil de aardappels in gelijke grootte en kook ze gaar in zo weinig mogelijk water.
- Kook de melk.
- Pureer de aardappel met een pureeknijper. (gebruik geen staafmixer)
- Roer vervolgens met een houten lepel de kokend hete melk, de boter, en de slagroom erdoor.
- Breng de puree op smaak met een smaakje naar keuze.
- Eventueel nootmuskaat en zout en peper toevoegen.



Parfait van matcha (Japanse groene thee)

Ingrediënten: (18 kleine ringen of 12 grote ringen)

100 ml melk

1 vanillestokje

matcha (25 gram op 1 ltr.)

250 ml slagroom

2 eieren

5 eidooiers

125 gr suiker

Bereiding:

- Snijd het vanillestokje doormidden en schraap het merg eruit
- Breng de melk tegen de kook aan. Laat hem met het vanillestokje, het merg en de matcha gedurende 10 minuten tot de helft zachtjes reduceren.
- Klop de slagroom lobbige en zet deze koud tot gebruik.
- Doe de eieren, de eidooiers met de suiker in een pan.
- Klop au-bain marie op tot 75°C.
- Als de massa is gebonden, snel koud en taai kloppen tot een luchtige substantie
- Zeef het melkmengsel en giet het bij de room
- Spatel de slagroom erdoor en vervolgens matcha.
- Doe in de vormpjes en zet tenminste 12 uur in de diepvries of in een snelvriezer.
- Serveer eventueel met tropisch vers fruit zoals ananas, meloen, lichees etc.



Tempura van zoete aardappel

Ingrediënten: (8 personen)

1 kg. zoete aardappel
tempura beslag

Bereiding:

- Schil de aardappels
- Snijd de aardappels in julienne
- Maak het tempura beslag
- Frituur de aardappels in het tempura beslag.



Gemarineerde ananas

Ingrediënten: (18 personen)

1 ltr. water
300 gram suiker
4 kardemompeulen
3 steranijs
stukje gember
2 stengels citroengras
4 limoenblad
sap van 2 limoen en 2 citroen
1 ananas

Bereiding:

- Pers de limoen en de citroen uit met de citruspers
- Maak een specerijen/suikerwater mengsel van 1 ltr. water en de suiker voeg de kardemom, steranijs, stukje gember, citroengras, limoenblad en sap van limoen en citroen
- Breng dit aan de kook zodat alle specerijen hun smaak afgeven aan het water, haal na 5 minuten de pan van het vuur en laat afkoelen
- Maak de ananas schoon door de bovenkant en onderkant weg te snijden zodat de ananas rechtop kan staan.
- Dan snijd je de schil weg en draait de ananas steeds door tot hij schoon is
- Snijd op de snijmachine dunne plakjes op stand 2 leg de plakjes in een rvs bak en steek er met een steker het harde middenstip uit
- Als de siroop iets is afgekoeld giet je het mengsel over de ananas en laat marinieren tot gebruik.