

Nigiri sushi au thon rouge *

Le plus connu des sushis, le célèbre « Maguro ».

400 g de riz japonais
20 g de sucre
10 g de sel
200 g de thon rouge
Wasabi
Sauce de soja
Gingembre confit
au vinaigre

- Préparation : 20 mn
- Pour 4 personnes

- Cuisez et préparez le riz tel que décrit dans les préparations de base. Notez que la préparation et la cuisson du riz prennent au total 1 h 40. C'est le cas pour toutes les recettes de ce livre.
- Prenez des boulettes de 3 doigts de largeur, puis confectionnez-les en forme de quenelles. Coupez le thon en fines lamelles de 2 centimètres sur 4.
- Les lamelles doivent être légèrement plus grandes que les quenelles de riz. Étalez un peu de wasabi sous une lamelle de poisson.
- Posez la lamelle de poisson sur la quenelle et mettez en forme le nigiri tel que décrit dans les préparations de base.
- Recommencez l'opération avec les autres lamelles de poisson, puis servez avec de la sauce de soja, un peu de wasabi, et du gingembre confit au vinaigre.

Nigiri sushi au colin

400 g de riz japonais
Vinaigre de riz
20 g de sucre
10 g de sel
200 g de filet de colin
Wasabi
Sauce de soja
Gingembre confit
au vinaigre

- Préparation : 20 mn
- Pour 4 personnes

- Cuisez et préparez le riz tel que décrit dans les préparations de base. Prenez des boulettes de 3 doigts de largeur, puis confectionnez-les en forme de quenelles.
- Coupez le filet de colin en fines lamelles de 2 centimètres sur 4.
- Les lamelles doivent être légèrement plus grandes que les quenelles de riz.
- Étalez un peu de wasabi sous une lamelle de poisson.
- Posez la lamelle de poisson sur la quenelle et mettez en forme le nigiri tel que décrit dans les préparations de base.
- Recommencez l'opération avec les autres lamelles de poisson, puis servez avec de la sauce de soja, un peu de wasabi et du gingembre confit au vinaigre.





Nigiri sushi au saumon *

Un classique dont on ne se lasse pas.

400 g de riz japonais

Vinaigre de riz

20 g de sucre

10 g de sel

200 g de saumon
(2 ou 3 tranches)

Wasabi

Sauce de soja

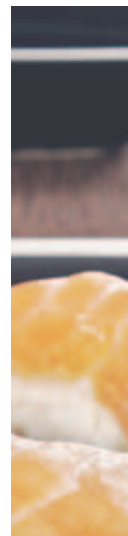
Gingembre confit
au vinaigre

* Préparation : 20 mn

* Pour 4 personnes

- Cuisez et préparez le riz tel que décrit dans les préparations de base. Prenez des boulettes de 3 doigts de largeur, puis confectionnez-les en forme de quenelles. Coupez le saumon en fines lamelles de 2 centimètres sur 4.
- Les lamelles doivent être légèrement plus grandes que les quenelles de riz. Étalez un peu de wasabi sous une lamelle de poisson.
- Posez la lamelle de poisson sur la quenelle et mettez en forme le nigiri tel que décrit dans les préparations de base.
- Recommencez l'opération avec les autres lamelles de poisson, puis servez avec de la sauce de soja, un peu de wasabi et du gingembre confit au vinaigre.

Le saumon de Norvège est le meilleur de tous pour cette recette.



Nigiri sushi au saumon et à l'emmental

Une déclinaison réussie du classique nigiri sushi au saumon.

400 g de riz japonais

Vinaigre de riz

20 g de sucre

10 g de sel

200 g de saumon
(2 ou 3 tranches)

3 tranches d'emmental

Wasabi

Sauce de soja

Gingembre confit au vinaigre

* Préparation : 20 mn

* Pour 4 personnes

- Cuisez et préparez le riz tel que décrit dans les préparations de base. Prenez des boulettes de 3 doigts de largeur, puis confectionnez-les en forme de quenelles. Coupez le thon en fines lamelles de 2 centimètres sur 4.
- Les lamelles doivent être légèrement plus grandes que les quenelles de riz. Étalez un peu de wasabi sous une lamelle de poisson. Posez une lamelle d'emmental de 1 centimètre sur 2 sur une quenelle, puis la lamelle de poisson, et mettez en forme le nigiri tel que décrit dans les préparations de base.
- Recommencez l'opération avec les autres lamelles de poisson, puis servez avec de la sauce de soja, un peu de wasabi et du gingembre confit au vinaigre.

Pour une association de goûts plus contrastée, remplacez l'emmental par un autre fromage à pâte cuite plus fort.





Nigiri sushi au surimi *

Une recette rapide et facile, pour un résultat surprenant.

400 g de riz japonais
Vinaigre de riz
20 g de sucre
10 g de sel
150 g de bâtonnets de surimi
1 feuille de nori
Wasabi
Sauce de soja
Gingembre confit au vinaigre

- Préparation : 20 mn
- Pour 4 personnes

- Cuisez et préparez le riz tel que décrit dans les préparations de base. Prenez des boulettes de 3 doigts de largeur, puis confectionnez-les en forme de quenelles. Coupez un bâtonnet de surimi en deux.
- Il doit être légèrement plus grand que la quenelle de riz. Étalez un peu de wasabi sous le bâtonnet. Posez le bâtonnet sur la quenelle et mettez en forme le nigiri tel que décrit dans les préparations de base. Attachez le tout avec une fine bande de nori.
- Recommencez l'opération avec les autres bâtonnets de surimi, puis servez avec de la sauce de soja, un peu de wasabi et du gingembre confit au vinaigre.

On peut remplacer le surimi par du crabe : veillez alors à ce que la chair soit bien ferme, et attachez le tout avec du nori.



Nigiri sushi au maquereau

La maquereau comme vous n'en n'avez jamais mangé !

400 g de riz japonais
Vinaigre de riz
20 g de sucre
10 g de sel
200 g de maquereau
Wasabi
Sauce de soja
Gingembre confit au vinaigre

- Préparation : 20 mn
- Pour 4 personnes

- Cuisez et préparez le riz tel que décrit dans les préparations de base. Prenez des boulettes de 3 doigts de largeur, puis confectionnez-les en forme de quenelles. Coupez le maquereau en fines lamelles de 2 centimètres sur 4.
- Les lamelles doivent être légèrement plus grandes que les quenelles de riz. Étalez un peu de wasabi sous une lamelle de poisson.
- Posez la lamelle de poisson sur la quenelle et mettez en forme le nigiri tel que décrit dans les préparations de base.
- Recommencez l'opération avec les autres lamelles de poisson, puis servez avec de la sauce de soja, un peu de wasabi et du gingembre confit au vinaigre.

Pour une chair moins grasse et une saveur plus fine, achetez des jeunes maquereaux, ne dépassant pas 15 cm de long.



Nigiri sushi à la crevette *

400 g de riz japonais

Vinaigre de riz

20 g de sucre

10 g de sel

350 g de crevettes congelées
(taille moyenne)

Wasabi

Sauce de soja

Gingembre confit
au vinaigre

- * Préparation : 40 mn
- * Pour 4 personnes

- Cuisez et préparez le riz tel que décrit dans les préparations de base. Prenez des boulettes de riz de 3 doigts de largeur, puis confectionnez-les en forme de quenelles.
- Lavez les crevettes et coupez la tête. Insérez des piques en bambou au milieu des crevettes de la tête vers la queue. Faites-les cuire dans une casserole d'eau bouillante salée jusqu'à ce qu'elles aient changé de couleur. Décortiquez-les en laissant la queue. Incisez les crevettes de la tête vers la queue pour l'ouvrir à plat. Ouvrez-les, enlevez le gros intestin et nettoyez-les dans l'eau salée. Essuyez-les.
- Étalez un peu de wasabi sous une crevette. Posez la crevette sur la quenelle de riz et mettez en forme le nigiri tel que décrit dans les préparations de base. Recommencez l'opération avec les autres crevettes, puis servez dans un plat ovale ou carré avec de la sauce de soja, du wasabi et du gingembre confit au vinaigre.

Pour réussir cette recette, les crevettes doivent être de taille moyenne.

Nigiri sushi au congre

400 g de riz japonais

Vinaigre de riz

20 g de sucre

10 g de sel

200 g de filet
de congre

1 feuille de nori

Wasabi

Sauce de soja

Gingembre confit
au vinaigre

- * Préparation : 45 mn
- * Pour 4 personnes

- Cuisez et préparez le riz tel que décrit dans les préparations de base. Prenez des boulettes de 3 doigts de largeur, puis confectionnez-les en forme de quenelles.
- Plongez les filets de congre dans une casserole d'eau bouillante salée. Cuire pendant 15 minutes, puis plongez-les dans une casserole d'eau froide avec 2 cuillers à soupe de vinaigre. Laissez reposer 10 minutes, puis les cuire à nouveau 5 minutes. Émincez-les finement.
- Coupez les congres en morceaux de 2 centimètres sur 4. Les morceaux doivent être légèrement plus grands que les quenelles de riz. Étalez un peu de wasabi sous un morceau. Posez le morceau de poisson sur la quenelle et mettez en forme le nigiri tel que décrit dans les préparations de base. Attachez le tout avec une fine bandelette de nori.
- Recommencez l'opération avec les autres morceaux de poisson, puis servez avec de la sauce de soja, un peu de wasabi et du gingembre confit au vinaigre.

Évitez les tranches prédécoupées, dont la teinte vire au gris. À la coupe, la chair doit présenter une couleur blanc rose.



Nigiri sushi au poulpe

400 g de riz japonais

Vinaigre de riz

20 g de sucre

10 g de sel

2 poulpes nettoyés
(350 g chacun)

1 feuille de nori

Wasabi

Sauce de soja

Gingembre confit
au vinaigre

• Préparation : 45 mn

• Pour 4 personnes



- Cuisez et préparez le riz tel que décrit dans les préparations de base.
- Prenez des boulettes de 3 doigts de largeur, puis confectionnez-les en forme de quenelles.
- Plongez les poulpes dans une casserole d'eau bouillante salée. Cuire pendant 15 minutes, puis plongez-les dans une casserole d'eau froide avec 2 cuillers à soupe de vinaigre. Laissez reposer 10 minutes, puis les cuire à nouveau 5 minutes. Émincez-les finement.
- Étalez un peu de wasabi sous un morceau de poulpe.
- Posez le morceau de poulpe sur la quenelle et mettez en forme le nigiri tel que décrit dans les préparations de base.
- Attachez le tout avec une fine bandelette de nori.
- Recommencez l'opération avec les autres morceaux de poulpe, puis servez avec de la sauce de soja, un peu de wasabi et du gingembre confit au vinaigre.

