



Cocina Japonesa



— ESCUELA —
CURSOSDECOCINA
comida, familia & amigos

Sopa Ramen



5 raciones

INGREDIENTES:

Caldo:

- 1 carcasa de pollo
- 1 cebolla
- 1 zanahoria
- 1 tallo de apio
- 1/2 manzana verde
- 1/2 alga kombu

Salsa Agridulce:

- 15 cc de sake
- 15 cc de salsa soya
- 15 cc de mirin
- 1 cdta de azúcar rubia
- 1/2 cdta de pasta ajo y jengibre
- 15 cc de agua

Gü:

- 300 g de plateada de cerdo
- 100 g de tofu
- 3 huevos duros
- 50 g de espinaca
- 80 g de diente de dragón
- 1/2 paquete de fideos ramen o noodles
- 1 cdta de semillas sésamo
- Aceite sésamo a gusto
- Cebollín a gusto

ASÍ SE HACE:

Primero que todo, comenzamos haciendo el caldo de pollo, en una olla agregamos un poco de aceite y doramos las carcasas de pollo y agregamos la cebolla en cuartos, zanahoria, cáscaras de manzana, la manzana entera y el alga kombu entera, sofreímos por 1 minutos y terminamos con el agua fría, que cubra toda la olla para así tener mucho caldo (si quieren agregar un poco de sal en esta parte) y dejamos mínimo 1 hora a fuego lento.

Luego cortaremos la plateada de cerdo en tiras finas y reservamos. Ahora haremos la salsa agridulce, primero en una olla pequeña agregamos el sake, salsa de soya, mirin, pasta de ajo/jengibre, azúcar rubia y el agua, y llevamos la olla al fuego por 5 minutos. Una vez listo sacamos la salsa agridulce del fuego y se la agregamos al cerdo que teníamos reservado en tiras, para que se macere por algunos minutos (15 a 20 aprox.)

Ahora haremos la mise en place, primero hidratamos los fideos de ramen en agua caliente y tapado, también cocinaremos los huevos hasta tener unos huevos duros (10 minutos de cocción a partir de agua hirviendo), la espinaca la cortaremos en chiffonade o en tiras finas, el tofu lo cortaremos en parmentier, el cebollín cortado bien fino y el alga nori en cuadrados de 5x5 cm.

Ahora que el cerdo está macerado, calentamos un sartén con aceite de sésamo y lo salteamos por 3 minutos por lado o hasta que la carne de cerdo esté cocida y tierna, reservamos en caliente. Luego en otro sartén calentamos aceite de sésamo y empezamos con el salteado del acompañamiento de la sopa ramen, primero agregamos los dientes de dragón, luego los fideos ya hidratados y por último la espinaca, salteamos por 1 minutos y nos preparamos para el montaje del plato.

En un plato de sopa (ojalá tibio) vamos a disponer del tofu cortado en parmentier y la carne de cerdo ya salteado, luego el salteado de vegetales con fideos a un lado y luego la mitad de un huevo duro por persona, para terminar un toque de salsa de soya y luego vamos agregando el caldo de pollo ya caliente (hirviendo, bien caliente) a la preparación. Decoramos con semillas de sésamo, cebollín picado fino, unos dos cuadrados de alga nori y salsa de soya, servir bien caliente.

Pollo Yakiniku



5 raciones

INGREDIENTES:

- 1 pechuga de pollo
- 1/4 repollo verde
- 100 gr de cebolla acaramelada
- 1 cebollín
- 1 cda de semillas de sésamo
- 1/2 paquete de fideos de tapioca o de arroz

ASÍ SE HACE:

Para este pollo primero cortamos las pechugas de pollo en parmentier y reservamos, luego cortamos las cebollas en plumas y cocinamos en un sartén caliente hasta que estén doradas y acarameladas (si es necesario se agrega un poco de azúcar) y reservamos. También vamos a cortar el repollo verde con las manos y reservamos, y por último vamos a hidratar los fideos de tapioca o de arroz en agua caliente y tapado (al igual que los fideos de ramen) y reservamos.

Una vez lista la mise en place vamos con el salteado, calentamos un sartén con aceite de sésamo y salteamos el pollo que teníamos previamente cortado en parmentier, una vez sellado agregamos la salsa tare que también tenemos lista para que vaya tomando sabor, después de 4 minutos de salteado agregamos el repollo verde, las cebollas acarameladas y los fideos de tapioca o de arroz ya hidratados y salteamos por 3 a 4 minutos más (tener cuidado de no recocinar el repollo verde, tiene que tener textura) y al final terminamos con las semillas de sésamo y el cebollín cortado fino, servir caliente acompañado del arroz gohan.

Arroz Gohan

5 raciones

INGREDIENTES:

- 1 taza de arroz blanco agua a gusto

ASÍ SE HACE:

El arroz gohan es un arroz blanco, sin sal y un poco con textura de mazamorra (para poder tomar con palitos de sushi), la medida de agua es, por una taza de arroz, una taza y 1/4 de agua, eso nos permitirá tener un arroz con más textura, servir caliente junto al pollo yakiniku.

Salsa Tare

5 raciones

INGREDIENTES:

- 20 cc de sake
- 40 cc de salsa soya
- 1 cdta de azúcar rubia
- 15 cc de vinagre de arroz
- 5 g de miso
- 1 cdta de escamas bonito
- 1/2 manzana verde
- 1 cdta de sésamo blanco
- 1 cdta de pasta ajo/jengibre

ASÍ SE HACE:

Para esta salsa primero vamos a calentar una olla pequeña y vamos a ir agregando los ingredientes en orden, primero agregamos el sake, salsa de soya, vinagre de arroz y la azúcar rubia y cocinamos por 1 minuto, luego agregamos la pasta de miso y las escamas de bonito y cocinamos por 1 minuto más, luego agregamos la pasta de ajo/jengibre y la manzana verde rallada y cocinamos por 1 minuto más. Para terminar, apagamos el fuego y agregamos las semillas de sésamo, reservamos.

Te Verde Matcha

5 raciones

INGREDIENTES:

- 1 cdta de té matcha polvo
- 400 cc de agua caliente
- Goma a gusto
- 100 cc de agua fría
- 50 cc de jugo de limón
- 1 jengibre congelado

ASÍ SE HACE:

Para el té verde matcha, disolvemos el té verde en agua caliente y el agua fría en una jarra de jugo o donde lo quieran servir, una vez que esté tibio o un poco frío agregamos la goma a gusto y el jugo de limón y llevamos al refrigerador por 30 minutos como mínimo. Servimos en un vaso con 3 hielos y al final decoramos con una hoja de menta y jengibre rallado fino, servir frío.

Dorayaki



5 raciones

INGREDIENTES:

- 200 gr de harina con polvos de hornear
- 4 huevos
- 120 g de azúcar granulada
- 2 cucharadas de miel
- 8 gr de levadura granulada
- 160 ml de agua

Anko

- 1 cajita de porotos negros cocidos
- 1/2 taza de azúcar flor
- 1/2 taza de cacao dulce
- 1 cucharada de cacao amargo

ASÍ SE HACE:

Para la mezcla de la dorayaki, agrega los huevos en un bowl y bate enérgicamente, luego añade la azúcar granulada, miel y continúa batiendo, mientras sigues batiendo la mezcla, agrega la levadura y el agua, una vez que está todo mezclado, añade la harina tamizada (para evitar que la mezcla quede con grumos) y bate con fuerza para lograr una pasta lisa y homogénea. Deja reposar la mezcla por 30 minutos a temperatura ambiente.

Para el relleno, agregar los porotos negros cocidos en un recipiente y muélelos con la ayuda de una minipimer hasta formar una especie de puré, agregar el azúcar flor, el cacao dulce y el amargo, rectifica el sabor y reservar la mezcla en el refrigerador por 20 minutos.

Después de dejar reposando la dorayaki durante 30 minutos, calienta un sartén de teflón, agrega un poco de aceite y espárcelo con papel absorbente, posteriormente vierte lentamente la mezcla de dorayaki en forma de círculo y cocínala por 1 minuto hasta que tenga un dorado parejo, da vuelta la dorayaki y cocínala por otro minuto, para luego sacar la especie de panqueque y reservarlo.

Finalmente, para el montaje, toma una dorayaki y unta la mezcla de anko por encima, luego tapa con otra dorayaki, para formar una especie de empolvado, decoramos espolvoreando azúcar flor por encima y sirve a temperatura ambiente.