



Hôi Từ Bi Phụng Sự Montréal

Sushi

Nguyên liệu được 4 cuốn, cho 4 người
Cơm

- 2 cúp gạo Nhật làm sushi.
- 1/2 cúp dấm gạo Masuka.
- 1/2 muỗng cà phê muối biển
- 4 muỗng canh đường.

Nhân

- 2 trái avocado cắt múi.
- 1 củ cà rốt bào sợi.
- ¼ ớt đỏ (hoạt vàng) cắt sợi
- ½ dưa leo cắt miếng dài.
- Củ dền hấp cắt sợi.
- Măng xanh (asperge) hấp chín.
- 1 miếng tàu hũ chiên cắt sợi.
- 1 củ khoai lang (patate douce) chiên cắt sợi.
- 1 cà tím chiên cắt miếng dài
- Mayonnaise, sauce nấm.
- Mè rang.
- Rong biển nori miếng.



Vật dụng

Chiếu tre cuốn sushi được bao nylon để khỏi dính khi cuốn. Vá gỗ dẹp. Thố tre.

Cách làm

- 1/ Thối cơm theo chỉ dẫn của bao gạo.
- 2/ Lấy cơm ra thố, chan nước dấm đã pha sẵn đường, muối.
- 3/ Dùng vá gỗ dẹp trộn đều, chờ cơm hơi nguội trước khi cuốn.
- 4/ Để rong biển nori lên chiếu sushi, trải lên một lớp cơm,
- 5/ Chan nước sauce, đặt nhân vào giữa, rắc mè.
- 6/ Dùng tay cuộn tròn, dùng chiếu sushi nén chặt...
- 7/ Dùng dao cắt từng khoanh.
- 8/ Xếp và trình bày.



Ăn kèm

Nước tương, gừng ngâm giấm, wasabi