

# Comida Japonesa

■ Conversión de cantidades 1cm=0.39inch / 100g=3.5oz / 1kg=35oz / 1 cucharita=0.1pt / 1cucharada=0.3pt / 100°C=212F

★=es la parte que deseamos recomendarles

## Menchikatsu



### Listas de las partes recomendadas

3 Cuello 6 6 Chamanete

### Ingredientes

Carne picada	400 g	Rebozado :	
Cebolla	120 g	Harina	a medida
Huevo	1	Huevo	1
Pan rallado	10 g	Agua	1 cucharada
Nuez moscada	a medida	Sal y pimienta	un poco de cada uno
Sal y pimienta	un poco de cada uno	Pan rallado	a medida
Salsa	a medida		

### Método de preparación

- Mezcle bien en un bol, la carne picada, la cebolla picada, el huevo, el pan rallado, la nuez moscada, la sal y pimienta. Una vez introducidas en el bol revuelva bien los ingredientes para que quede una masa homogénea.
- Tome un ¼ del punto 1 redondéelo, y amáselo arrojándolo de mano en mano para sacarle el aire de adentro. Trate que las mismas tengan un grosor de 7 a 8 cm.

- Bata el huevo y mézclelo con agua y sal.
- Reboce la masa del punto 1 en la harina y luego en el punto 3 y por último en el pan rallado.
- Realice la fritura a 170 grados y cuando vea que el punto 4 se encuentra dorada retire el aceite restante.
- Sírvalo en una fuente y échele salsa a gusto.

## Tataki de carne



### Listas de las partes recomendadas

4 Diezmillo 13 Cara superior

### Ingredientes

Pedazo de carne	300 g	Salsa de combinación:	
Sal	un poco	Salsa de soja	50cc
Rodaja de brotes de nabo	a medida	Sake	50cc
Jengibre japonés	1	Mirin (sake dulce)	50cc
Momiji-oroshi	a medida	Caldo de dashi:	50cc
(Nabo y guindilla roja rallada)			

### Método de preparación

- Échelo sal a la carne y déjelo sazonado por 5 minutos.
- Corte los nabos en 4 cm de ancho, y el jengibre bien fino y déjelo en agua y luego sáquele toda el agua.
- Coloque en una olla la salsa de combinación, caliéntela y luego déjelo enfriar.

- Cocine la carne solamente superficialmente y mientras esté caliente colóquelos en la salsa del punto 3 por 3 o 4 horas.
- Cuando lo consuma, corte la carne bien fina en unos 3 mm. Sírvalo en una fuente y adórnelo con el nabo, los jengibres y el momiji-oroshi.

Platos crudos, hervidos y fritos. En Japón el se intenta aprovechar la frescura, la ternura y el delicioso sabor al máximo del “Wagyu”, a través de las técnicas de sus cortes y su manera peculiar de cocinar.

## Sukiyaki



### Listas de las partes recomendadas

1 Rollo de espaldilla 12 Contracara

### Ingredientes

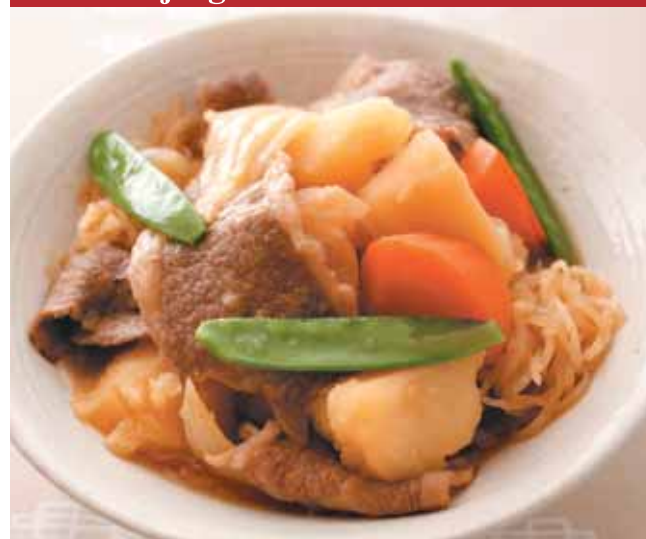
Carne vacuna en filetas	800g	Caldo :	
Cebolleta	2	Azúcar granulado	4 cucharadas
Shirataki	300 g	Salsa de soja	200cc
Shungiku	1/2	Mirin para cocina	100cc
Setas japonesas( Shiitake)	8	Sake para cocina	200cc
Tofu asado	1		
Huevo	4		
Grasa vacuna	20g		

### Método de preparación

- Corte con cortes angulares la cebolleta y el shirataki hiérvalo por 5 minutos y luego córtelo para que sea fácilmente ingerible. Aparte las hojas y la parte blanda del shungiku. Asimismo saque la base de la seta y córtelas teniendo en cuenta la cara. Realice trozos cuadrados de 2cm con el tofu.
- Coloque el caldo en una olla y caliéntelo. Cuando quede derretida el azúcar baje el fuego y deje enfriar.
- Ponga la olla para el sukiyaki a fuego fuerte, y unte la grasa vacuna por toda su superficie.

- Cocine la carne y vaya colocando el caldo a medida que prueba el gusto.
- Coloque el shirataki y luego el resto de los ingredientes.
- Una vez acomodados todos los ingredientes, tómelos pasándolos por huevo batido.
  - ※No es necesario colocar todos los ingredientes en una sola vez. Vaya colocándolos de a poco. Esto es muy importante.
  - ※Si nota que el caldo queda muy espeso, dilúyalo con sake o con más caldo.

## Niku jaga



### Listas de las partes recomendadas

10 Costillas coe 2 huesos 11 Agujas cortas

### Ingredientes

Cortes finos de carne vacuna	200g	Caldo :	
Hilos de Konjaku	100g	Dashi japonés	500cc
Papa (patatas)	300g	Salsa de soja	2 cucharadas 1/2
Zanahoria	1/2	Azúcar	2/3 de cuchara
Cebolla	8	Sake	1/2 de cuchara
Tirabeque	40g	Mirin	1/2 de cuchara
Grasa vacuna	20g		

### Método de preparación

- Pele las papas y déjelas remojando en agua cortadas en 4 partes. Pele la cebolla y córtela en 6 partes y también la zanahoria en trozos pequeños. Hierva el konjaku por 5 minutos, luego escurra agua y córtelo bien fino. Retire las fibras del tirabeque.
- Caliente la grasa en una olla honda, y cocine el konjaku, las papas, las zanahorias, las cebollas y la carne colocándolos en este orden.

- Caliente el caldo y cuando hierva, retire la espuma y comience a cocinar a fuego moderado. Pasados 5 minutos suba el fuego y cuando suelte el agua agregue el resto del caldo, tápelos y continúe cocinándolo a fuego lento hasta que quede 1/3 del caldo. Cuando esté listo, coloque el tirabeque y cocínelo rápidamente y apague el fuego.