

煮制

用水、汤料与调料调成的汤,通过加热来烹调食品材料的方法。这样做出的菜肴不仅可以吃菜也可以喝汤。具体还可以根据使用鱼类的不同,选用酱油或者是大酱来调味。

煮食用的典型鱼类

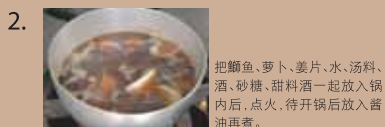
鲷鱼、鳎鱼、鲱鱼、鳕鱼、鲑鱼等



鲷鱼

典型煮鱼的烹调方法

鲱鱼炖萝卜



鱼和萝卜都进味儿之后既可停火装盘。

炸制

在高温油中加工食品的方法。这样可以不让食品材料的味道受到损失。由于是高温炸制,中间软外表脆。可以领略外焦里嫩的口感。

典型的炸制常用鱼

鳎鱼、星鳎、大马哈鱼、鳕鱼等



鳎鱼

典型炸鱼的烹调方法

炸鳎鱼



放入盘中并配以蘸料和盐、柠檬。

匠



自古以来就喜欢吃鱼的日本人特有的智慧与技巧

日本人自古以来就善于卫生地处理生鱼,合理地保存并使鱼更加好吃,并因此积累了很多特殊的技巧。因为他们对鱼无所不知。

活制

在鱼的头部和尾部切上一刀,将鱼血放出后以保持鲜度的处理方法。这样处理后鱼的口感会更好,还可以除掉鱼腥味儿。在船上打鱼的人经常爱用这种方法。

烫制

把生鱼用热水浇烫之后立即放入水中冷却的方法。这样可以使鱼的表面变硬防止鱼的营养流失,并防止变味儿。这样还具有一定的杀菌效果。一般来说对用作“刺身”的鱼类,经常进行这种处理。由于鲷鱼还有“羽太”鱼的皮风味儿独特又有营养,所以多对其进行烫制处理。



烫制

冰镇

把鲷鱼还有鳎鱼等肉质是白色的鱼切成制作“刺身”的材料后,放入冰水中洗一下的方法。这样可以使得鱼肉致密并除去多余的脂肪。日本人自古就喜欢根据口感,将其放在冰上装盘以给夏季造成一种清凉感。



冰镇

盐制

沙丁鱼、小鲱鱼、鲑鱼、斑鲷鱼等常用的处理方法。将这类鱼去刺,洒上大量的盐放置一段时间之后再用水洗,然后用醋水漂一下。这样可以使鱼肉更加致密,味道更好,还具有一定的杀菌效果。这样的处理方法可以使原味儿更加鲜美,用鲑鱼做“寿司”时是必须使用的一种处理方法。



盐制

与日本菜肴一同品味儿的饮品

绿茶

具有维持美容和健康效果的万能饮料



绿茶是将摘下的茶叶不经过发酵而直接蒸制的一种制品。早在江户时代绿茶就成为日本人的嗜好。由于绿茶中含有非常多且有利于美容的维生素类，且比例协调而被现代人当作健康食品刮目相看。绿茶不仅可以用来饮用，还可以制成粉末放入点心中。绿茶不仅是日本人不可缺少的，也是有利于健康和美容的万能饮料。



各种各样的绿茶

煎茶

最为常见的绿茶。就是将刚摘下来的茶叶蒸一下，再经过揉制、干燥后的制品。

玉露

最高级的绿茶。为了使其具有特别的香味儿，需要遮住日光进行栽培。

抹茶

把避开直射日光进行栽培的茶叶蒸制之后，不经过揉搓直接进行干燥，再用石磨碾成粉末而成。由于其喝法独特，主要是直接放入碗中倒入开水饮用，所以主要用于茶道。

好喝绿茶(煎茶)的泡制方法

关键的是要注意热水的温度，茶叶的使用量，还有注水时间和注水方法。泡制煎茶的时候虽然使用70度的水，但是必须在此之前让水沸腾。

1. 将茶叶放入茶壶中(三个人饮用需要放入6克)。如果人数少时稍微多放些茶叶会更好喝。
2. 将热水倒入茶壶，然后安静地大约等待2分钟左右，直到茶叶全部舒展开来。因为如果晃动茶壶就会使茶叶中苦的成分溶入水中，所以请不要晃动。
3. 从茶壶中向外到茶的时候请注意保持每个杯中的茶水浓度均匀。



特别说明

茶道

日本有一种叫做茶道的独特文化。茶道虽然仅仅是根据规则让客人品尝抹茶的方式，但是其作用不仅仅在于喝茶，还在于可以用将来迎接客人的茶室装饰成舒适的空间，并通过用真心迎接客人来演绎出独特的精神世界。这种独特的精神世界已经成为一种可以铭刻在心的综合艺术，是日本最具代表性的文化之一。



清酒

与日本菜肴一起饮用的最佳伴侣

用米酿造的酒制品。与烧酒一样，是日本自古就有的饮品。俗话说在宴会席上不能没有清酒。由此可见清酒与日本人的关系十分密切。清酒一般在吃饭时饮用，这已经成为一种固定模式了。清酒十分适合于吃日本菜肴，是让菜肴味道更好的最佳伴侣。

好喝的清酒据说是用好米与好水酿造的，是大自然的馈赠与日本人智慧与技术的结晶。清酒是享誉世界的杰作，以前就开始出口。最近质量变得更好，在海外很受欢迎。



让清酒好喝的方法

清酒一般会根据产地、品种、牌子等分成各种不同的种类。根据每种清酒的特点，或者在常温下喝，或者冰镇后再喝。也可以加热再喝。通过加热可以使清酒的味道更加醇香。

烧酒

种类丰富饮用方式自由的烧酒

日本固有的蒸馏酒。有米烧酒、地瓜烧酒、麦子烧酒、泡盛烧酒等。种类繁多，遍布日本各地。

烧酒便于保存。如果不放在直射日光之下的凉爽地方，就是放几十年都没有问题，照样好喝。烧酒喝法随便，可以完全根据自己的爱好去喝，因此独具魅力。目前，在日本年轻人中间正在形成一种爱喝烧酒的风潮。



让烧酒好喝的方法

可以用热水或者冷水稀释后再喝。也可以直接干喝。此外，还可以用茶水、苏打水、果汁等勾兑后再喝。总之方法多种多样。需要注意的是用热水勾兑时要先将热水倒入杯中，然后再注入烧酒，这样不仅可以使酒水很好地融合，也会使酒香更加浓郁。