

OBSAH

JAPONSKÁ KUCHYNĚ VČERA, DNES
A PRO KAŽDÉHO

7

VAŘIT A JÍST JAKO V JAPONSKU

8

SLOVNÍČEK

76

RECEPTY

15

Základní recept na sushi rýži

16

Nigiri sushi

20

Gunkan s matjesem

21

Gunkan se pstruhem

21

Zeleninové hosomaki

24

Futomaki s dýní a tofu

25

Uramaki s lososem a avokádem

26

Tuňákový tatarák

28

Marinovaný losos

28

Edamame

Nezralé sójové boby

30

Goshiki namasu

Barevný zeleninový salát

32

Hijiki no nimono

Salát z mořských řas

34

Burokkori shiraae

Brokolice s tofu dresinkem

36

Zeleninová tempura s daikonovým dipem

40

- str. 28 -

- str. 56 -

Tempura z krevet a zeleniny	42
Základní recept na vývar dashi	44
Misoshiru	
<i>Polévka miso</i>	46
Shoyu ramen s kuřecím masem	48
Miso ramen s houbami	50
Ramen s krevetovou tempurou	52
Zaru soba a tataki z tuňáka	54
Tori no teriyaki	
<i>Kuře teriyaki</i>	56
Tonkatsu	
<i>Japonský řízek</i>	58
Oyakodon	
<i>„Mísa pro rodiče a děti“</i>	60
Yakisoba	
<i>Smažené nudle s chřestem a tofu</i>	62
Yakimeshi	
<i>Smažená rýže</i>	64
Iri dofu	
<i>Míchané tofu se zeleninou</i>	66
Matcha tiramisu	70
Hotto keiki	
<i>Japonské soufflé lívance</i>	72
Kuro goma aisu	
<i>Černá sezamová zmrzlina</i>	74

