

Time Out

A REVISTA QUE LHE DIZ TUDO SOBRE A CIDADE MAIO 2010 3.5€ Nº2



2por1

Esta revista vale
CHOCOLATE NA GODIVA
PIZZA NA CASA D'ORO
CORTE DE CABELO NO CINEFOZ
JANTAR VEGETARIANO

Porto

BRAGA E GUIMARÃES
*Fomos à procura
das galerias mais
originais do Minho
(e dizemos-lhe onde ficam)*

**DESIGN
MADE IN PORTO**
*Dez criadores
que estão a dar
nas vistas*



01º
**GUIA DE
CULTURA E LAZER
DO GRANDE
PORTO**

IMPÉRIO AL FORNO
*Conheça a marca
mais famosa
da restauração
portuesa*

SUSHIMANIA

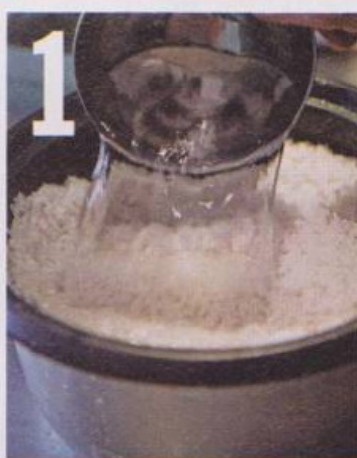
*Os melhores restaurantes, cursos e conselhos
para acompanhar a moda da comida japonesa*

MAIS! ANTÓNIO FEIO NO CAMPO ALEGRE + NOVOS HOTÉIS DO PORTO + ROBIN HOOD

SUSHI

PASSO A PASSO

Fazer sushi é para si um mistério tão grande como o de Fátima? Então nós vamos ajudá-lo a ver a luz. **Catarina Mendonça Ferreira** foi bater à porta do *chef* André Oliveira e pediu-lhe: “ensine-me a fazer sushi”. E ele ensinou mesmo. A única testemunha foi a máquina fotográfica de **Gonçalo F. Santos**. Eis o segredo. Passo a passo. Rolinho a rolinho



1 Lavar bem o arroz (de boa qualidade e de grão curto) é um dos passos mais importantes quando se faz sushi. Só quando a água ficar transparente e perder a cor leitosa é que está pronto para ir à panela, juntamente com a alga kombu, para cozer a vapor durante uma hora.



2 As recomendações do ponto anterior têm uma razão de ser: para quando chegar a este passo não ficar com o arroz empapado e colado às mãos. Depois de temperar com o vinagre doce, coloca-se a porção de arroz em cima da metade da alga nori, esmagando e deixando um centímetro livre.



3 Com o capítulo dedicado ao corte do peixe, poderíamos encher uma revista inteira. Deixamos-lhe a versão resumida. Para amadores, o ideal é comprar filetes de peixe já arranjados e cortar fatias finas. Se for para sashimi use o lombo do salmão; se for para recheio escolha a barriga.



4 Segue-se a fase do recheio. Se optar por deixar a alga por fora, coloque-o no lado que tem o arroz; se preferir coisas mais complicadas, como que está na fotografia, faça o inverso. Para o recheio pode usar peixe, fruta, vegetais, queijo cremoso entre outros. Fica ao seu critério, japoneses não se importam.



5 Enrolar – eis-nos chegados à parte mais difícil de todo este processo. Com a ajuda de uma esteira faz-se um quadrado e dobra-se. Depois repete-se mais duas vezes até a alga fechar. Volta-se para trás com os mesmos passos como se fosse um filme a rebobinar. E repita as vezes necessárias até atinar.



6 *Et voilà!* Aqui está o rolo inteiro e perfeito. Recapitulando, começou por pôr o arroz em cima da alga, virou o arroz para baixo e colocou as fatias de salmão por cima. No outro lado da alga colocou o recheio. É (muito) possível que não saia perfeito à primeira, mas não desista.



7 Para se passar do rolo inteiro aos rolinhos que chegam à mesa, é preciso cortá-los bem cortados. E começa-se sempre pelo meio. Num golpe rápido e firme, dá-se o primeiro corte. Depois juntam-se os dois pedaços e, novamente no meio, dá-se um segundo golpe até obter o dobro das peças.



8 É provável que esteja esfomeado quando chegar à fase do emplatagem e queira passar à parte de comer. Mas saiba que na cultura japonesa os olhos também comem, e, por isso, este passo é tão ou mais importante do que os outros. Faça flores com pepino, rale beterraba e enfeite. E aí sim, é altura de comer.