

Муниципальное оздоровительное образовательное учреждение санаторного типа для детей,
нуждающихся в длительном лечении.

«СШИ №2»

На вершине Фудзияма



Выполнила: ученица 9 «В» класса.

Асташова Дарья.

Руководитель:

Орехова Наталья Николаевна

2012 г.

Оглавление.

1. Введение.

2. Поисково- исследовательский этап.

3. Технологический этап.

4. Заключительный этап.

5. Библиографический список использованной литературы.

Введение.

Я решила устроить вечеринку, но не простую, а в японском стиле. На эту вечеринку я позову много друзей, и как я помню, все очень любят роллы и суши. В основном я решила позвать девочек, и конечно пару парней. Мы давно решили собраться, но никак не получалось.

И вот наконец то, я смогу устроить вечер. Мне очень нравится восточная кухня, и сам стиль. Для вечера у меня все есть, готовить я умею. За главное блюдо я решила взять суши. На свою вечеринку я выложусь на все сто и все самое главное возьму на себя. Хочу, что бы этот вечер всем запомнился на долго. Все должны быть одеты в японском стиле. Я заранее была готова и купила несколько кимоно. Осталось самая малость- это сервировка, и украшения. Украшениями мне послужат ветки сакуры, на стены я повешу веера, и комнату украсу лампами. Столик у меня уже есть, столовые приборы тоже имеются. Ими послужат Палочки для суши. Из напитков я выбрала зеленый чай.

Цель.

Моя цель, это устроить вечеринку в Японском стиле. Я постараюсь этот вечер сделать незабываемым.

Задачи.

Мои задачи:

1. Научиться готовить роллы и суши.
2. Узнать историю происхождения.
3. Узнать о японском интерьере.
4. Познакомиться с сервировкой.
5. Национальные костюмы.

История.

История возникновения суши берёт начало в Южной Азии, где варёный рис стали применять для приготовления и консервации рыбы. Очищенная и разрезанная на небольшие кусочки рыба посыпалась солью и смешивалась с рисом, после чего помещалась под пресс из камней, который через несколько недель заменялся крышкой. В течение нескольких месяцев происходил процесс молочнокислой ферментации риса и рыбы, благодаря чему рыба оставалась годной к употреблению в течение года. Рис, который превращался в клейобразную массу с неприятным запахом, выбрасывался или использовался для приготовления новой партии рыбы. Приблизительно в VII веке через Китай и Таиланд этот способ консервации получил распространение в Японии.

Традиция применения в пищу ферментированной рыбы сохранилась до наших дней в странах Южной Азии. Китайский иероглиф, обозначающий суши, означает «маринованная рыба», однако, сама традиция в Китае была утрачена. В Японии в настоящее время подобным образом готовят нарэдзуси.

В XVII веке появилось рисовое суши, которое включало в себя варёный рис, рисовый солод, морепродукты и овощи. Вскоре стали готовить рисовый уксус, который начали добавлять в рис, что исключило процесс брожения и значительно сократило время приготовления суши.

В XIX веке повар Ёхэй Ханай из Токио решил полностью отказаться от маринования рыбы и подавать рыбу сырой. Процесс приготовления блюда сократился до нескольких минут. Новое суши быстро завоевало популярность, и появилось два стиля приготовления блюда. Первый получил название Кансай — по имени района города Осака, второй — Эдо (так до 1868 года назывался Токио). Очень быстро возникли закусочные и рестораны, в которых подавалось суши, а в магазинах стали продавать специальным образом обработанный рис для домашнего приготовления суши. С тех пор процесс приготовления суши принципиальным образом не менялся, только появлялись новые рецепты и ингредиенты для блюда.

Последним принципиально важным этапом в истории суши стало начавшееся в 1980-х годах внедрение в практику автоматов для изготовления суши, так называемых суши-роботов, изобретённых в конце 1970-х годов. Одна линия

суши-автоматов (каждый выполняет одну или несколько операций, начиная от промывки риса и заканчивая упаковкой каждого суши в полимерную плёнку) способна заменить от нескольких до нескольких десятков профессиональных поваров-сушистов, при этом вопросы соблюдения технологии, гигиены и санитарии, очень важные из-за специфики суши, в значительной мере перестают зависеть от человеческого фактора. Применение суши-роботов расширяется, хотя его и сдерживает распространённое мнение, что суши должен обязательно готовить человек.



Родиной первоначальных суши были страны Южной Азии. Очищенная, разделанная рыба укладывалась слоями, пересыпалась солью и попадала под каменный пресс. Через несколько недель камни снимали и заменяли легкой крышкой. Проходило несколько месяцев, в течение которых рыба бродила, и после этого она считалась готовой к употреблению. Несколько ресторанов в Токио все еще предлагают эти оригинальные суши, называемые *narezushi*, приготовленные из пресноводного карпа. У этого блюда настолько сильный и резкий запах, что он затрудняет идентификацию рыбы, из которой оно

приготовлено и у *narezushi* есть только благоприобретенный вкус.

Это было еще до 1900 года, когда один талантливый шеф-повар по имени *Yohei* решил отказаться от процесса гниения и подать суши в форме ставшей сейчас традиционной, то есть подал рыбу сырой. Новшество быстро приобрело популярность, и тут же появилось два различных стиля приготовления. *Kansai* — стиль из города *Osaka*, района *Kansai* и стиль *Edo* из *Tokyo*, который тогда назывался *Edo*. *Osaka* всегда была торговой столицей Японии, и местные продавцы риса пришли к суши, которые представляли собой приготовленный определенным образом рис, смешанный с другими ингредиентами, помещенный в красивые, съедобные формы-упаковки. *Токио*, расположенный на берегу богатого рыбой и моллюсками залива, предлагал *nigirizushi*, представляющие собой кусочек рыбы на маленьком комочке приправленного риса.

Сегодня даже японцы признали *nigirizushi* оригинальными суши, хотя на самом деле это не совсем так. *Kansai (Osaka)* суши имеют более длинную историю и гораздо сложнее в приготовлении, чем *nigirizushi*, и только небольшая часть японцев знает об этом.

Любопытно отметить, что изначально рис из суши в пищу не употреблялся. Дело в том, что китайский иероглиф, обозначающий суши, переводится как «маринованная рыба». Более тысячи лет назад рис был не только одним из основных продуктов питания, но и главным средством сохранения рыбы. Свежая рыба нарезалась на маленькие кусочки, которые обильно засыпались солью и смешивались с рисом. Рис подвергался естественной ферментации, благодаря которой рыба не портилась в течение года. По мере необходимости ее доставали из смеси и подавали к столу, а ставший ненужным рис выбрасывали или использовали для маринования новых порций рыбы.

Только в шестнадцатом веке перебродивший рис из маринованной рыбы начали употреблять в пищу, и поете-пенно он превратился в главный и неотъемлемый компонент суши. Рис стали добавлять в грибы, овощи и другие продукты, получая новые блюда с необычным и специфическим вкусом. К этому времени были изобретены способы ускоренной ферментации риса, позволявшие ему приобретать новые вкусовые качества не за месяцы и годы, а за считанные дни. В семнадцатом столетии появилось уже настоящее рисовое суши, в состав которого входили вареный рис, рисовый солод, морепродукты и овощи. Так из

служебного компонента для маринования рыбы перебродивший рис превратился в основу нового блюда.

Следующим этапом в развитии суши стало добавление в рис уксуса с приправами, сделавшее ненужной его продолжительную ферментацию. Уксус, обычно рисовый или фруктовый, перемешивали с подсоленной водой, иногда добавляли в него сахар, мирин, саке, мед и морские водоросли, а затем заливали этой смесью вареный рис, к которому добавляли рыбу, морепродукты, овощи и выдерживали некоторое время под прессом. Получившееся в итоге блюдо стало настолько популярным, что по всему Идо, как назывался Токио до 1868 года, стали открываться многочисленные магазины, закулочные и рестораны, в которых подавали разнообразные виды суши или продавали специально обработанный рис для самостоятельного приготовления суши дома,

С тех пор процесс приготовления суши, оставаясь в принципе неизменным, не перестает развиваться и совершенствоваться, пополняться новыми рецептами. Благодаря этому блюдо постоянно завоевывает все больше почитателей. Причина этого проста. Для того чтобы приготовить эстетически привлекательное, аппетитное и вкусное суши, не нужно следовать надуманным догмам и строго придерживаться определенных требований. Отличительная особенность суши состоит в том, что достаточно понять принцип его приготовления, а затем можно на полную мощность использовать собственную фантазию и изобретательность, придумывая свои рецепты и экспериментируя с ингредиентами, список которых может ограничиваться лишь вашими личными вкусовыми пристрастиями. Поэтому мы настоятельно рекомендуем вам пользоваться предлагаемыми рецептами как отправной точкой, образцом, на основании которого вы сможете в полной мере творить и фантазировать как кулинар.

В словарях встречаются два варианта названия блюда — «суши» и «суси». Наиболее популярным в русском языке является написание и произношение «суши», которое вызывает резкое отторжение японистов предпочитающих вариант «суси» как более точно соответствующий японской фонологии и правилам системы Поливанова.

Большую популярность варианта «суши» можно объяснить тем, что мода на это блюдо пришла в Россию с Запада, а не из Японии, и данный случай заимствования японской реалии через Запад не является уникальным, поскольку

в словарях русского языка давно зафиксированы такие слова японского происхождения, как гейша (яп. 芸者) и (дзин-)рикша (яп. 人力車), не соответствующие системе Поливанова, которая даёт варианты гэйся и (дзин-)рикися, соответственно.

В этой диковинной транскрипции проглядывает очень важная особенность восприятия японских вещей в России. Они часто приходят не напрямую, а через Запад, поскольку суши — это транскрипция кириллицей обозначения японского слова «суси» латинскими буквами.

Роллы блюдо [японской кухни](#) и [корейской кухни](#), одна из разновидностей [суши](#), или корейского [кимбап](#), скрученные в колбаски начинка и [рис](#) с листом [нори](#) (прессованные водоросли), порезанные затем на дольки. Роллы готовятся при помощи бамбуковой циновки *макису*. Чаще всего роллы режут на 6 кусочков, бывает — на 8, иногда — на 12. Иногда роллы скручивают таким образом, что лист нори оказывается внутри, а рис — снаружи, но чаще всё-таки лист нори встречается снаружи. Также существуют «цветные» и «мозаичные», роллы «наизнанку» и другие разновидности роллов.

Несколько кусочков ролла (обычно 3–4 кусочка) часто являются частью так называемых [«ассорти»](#) или [«суши-ассорти»](#), в которые входят также другие виды [суши](#).





Так как мой проект называется «На вершине Фудзияма» я решила рассказать о самом вулкане Фудзияма.

Фудзияма, Фудзи — [вулкан](#) на [японском острове Хонсю](#) в 90 километрах к юго-западу от [Токио](#). Высота горы — 3776 м (самая высокая в Японии). В настоящее время вулкан считается слабо активным, последнее извержение было в [1707—1708 году](#).

Гора имеет почти идеальные [конические](#) очертания и считается священной, служит объектом туризма а также религиозного паломничества [буддистского](#) и [синтоистского](#) культов. Фудзи на протяжении веков являлась популярной темой в японском искусстве.

Сегодня на вершине Фудзи расположены синтоистский храм и метеостанция. Окрестности горы входят в состав [Национального парка Фудзи-Хаконэ-Идзу](#).





**Вечеринка у меня в японском стиле, значит все будут одеты в японскую одежду
я выбрала кимоно.**



Кимоно дословно с японского переводится как «одежда». Первоначально «кимоно» обозначало одежду всех типов, но впоследствии стало обозначать исключительно те «халатики», которые до сих пор носятся многими японскими мужчинами и женщинами, ну и детьми, разумеется, тоже.

Кимоно по форме напоминает букву «Т» и такое длинное, что достигает лодыжек. При этом все швы в кимоно исключительно прямые. Также имеется воротничок и, разумеется, рукава, причем ширина рукавов бывает разной и, соответственно, может много сказать о владельце кимоно. В частности, девушки на выданье носят кимоно с такими широкими и длинными рукавами, что в длину те практически достигают пола, а в ширину могут быть до полуметра.

Запахивают кимоно всегда таким образом, чтобы его левый конец всегда был сверху или, иначе говоря, «на правую сторону». Таким образом одеваются и мужчины, и женщины, а на левую сторону запахивают кимоно только на покойнике.

Традиционным аксессуаром к кимоно является оби – широкий и мягкий пояс, который несколько раз оборачивается вокруг тела и завязывается сзади сложным бантом. Спереди бант завязывают исключительно представительницы одной из самых древнейших профессий – дзёро. Разумеется, к кимоно подойдёт далеко не вся обувь (про современную речи и быть не может), поэтому японцы до сих пор носят традиционные гэта или дзори. И, как правило, кимоно носится во «множественном числе», т.е. под одно верхнее и наиболее богато украшенное кимоно надевают ещё несколько нижних и похуже. Такое нижнее кимоно получило название **nagajuban**.

История возникновения кимоно

Японцы скалькировали своё кимоно с китайского hanfu посредством возникающих в V в. н.э. культурных связей, а свой окончательный вид кимоно приобрело в эпоху Хейан (794-1192) и с тех пор его внешний вид остаётся неизменным.



Традиционно все женского кимоно делают на один размер, а уж подгоняют его под себя сами владелицы, сворачивая и подворачивая кимоно так, как им удобно. Шьют кимоно из одного единственного куска ткани (в Японии выпускают специальную ткань для пошива кимоно определённой длины и ширины, так что её остаётся только раскроить на несколько прямоугольников и прострочить), которая в старину делалась руками. Также вручную кимоно и расшивалось – понятно, что стоило оно немалых денег, поэтому носилось крайне бережно.









Scena D'uno

Поисково-исследовательский этап.

Вариантов по проведению моего вечера было несколько. Один из них это был вечер в Итальянском стиле. Мне нравится этот стиль, но сильного желания проводить его не было. Так же был вариант сделать вечеринку в тематике, но мне кажется это скучно и не интересно. Так как часто пользуются таким вариантом. Еще я хотела сделать в японском стиле, восточный стиль мне всегда нравился: приготовление еды, сервировке стола, стиль одежды. В общем все критерии мне подходили. Был вариант в стиле 19 века, то есть парни должны будут быть во фраках, девушки в красивых и шикарных платьях. Это мне бы не составило труда, т.к мама моей подруги работала в театре, у них есть такие костюмы, это я помнила потому что еще в детстве мы ходили туда и переодевались. Но было одно сомнение – это, то что не все захотят ходить в платьях. Во первых в них не так удобно двигаться да и стиль был не всем по душе. И я решила остановиться, на восточном стиле, на японской кухне.

Так как вечер в восточном стиле то и интерьер будет в данном стиле, по этому я бы хотела о нем не много рассказать.

Японский стиль интерьера.

Самый востребованный в России этнический стиль – японский, с его безупречными цветовыми сочетаниями и лаконичными формами. Это декоративный стиль минимализма, в котором отказ от лишней мебели и избыточного декора является основополагающим принципом при формировании интерьера, ничто не перегружает внимание, пространство структурировано спокойно и внятно. В японском стиле используется сочетание светлых тонов: белый, кремовый, оттенки бежевого, молочный. Японская мебель, поверхность которой гладкая, нефактурная, представлена в светлых цветах и изготавливается из бамбука. Ткани тоже кремовые и белые, в основном из натурального хлопка и шелка. В японских домах место для отдыха располагается в центре комнаты. Особенность японского жилья – иероглифы,

которыми украшены практически все элементы дома, от мебели для прихожей до шкафов-купе на заказ для гостиных.

Характерная черта «японского» интерьера – свободное пространство, поэтому межкомнатные стены лучше заменить традиционными японскими перегородками или раздвижными дверями. Если есть возможность, сделайте окно от пола до потолка – хорошо, если у рам будет такой же графический рисунок, как у перегородок. На пол бросьте коврики из сизаля или циновки. Выбирая мебель, ищите предметы из темного дерева, вроде венге и обязательно с гладкой поверхностью. Если же непременно хочется иметь светлую мебель, то остановитесь на породах дерева без ярко выраженного рисунка – например, на лиственнице. А вот оттенков шоколада или красного дерева нужно избегать. Для спальни отлично подойдет низкая кровать, у которой матрас меньше подиума – такие есть у многих производителей. Для освещения используйте светильники с абажурами из бумаги или шелка – они дают мягкий рассеянный свет. Главное, не увлекайтесь деталями: на стену повесьте кимоно, а в вазу поставьте один цветок – для японского интерьера этого более чем достаточно. Интерьер в японском стиле – это прежде всего максимум открытого пространства, которое по возможности ограничивают лишь необходимые конструктивные элементы, такие как стены, пол, потолок, в иных случаях – опорные столбы или перегородки.

Частный коттедж – идеальное место для воплощения стилизаций японского дома: площадь, как правило, позволяет. К тому же есть и еще одна причина, по которой японская эстетика пользуется популярностью именно у владельцев загородной недвижимости.

Как известно, в японском доме традиционным продолжением интерьера всегда был и остается пейзаж. Эту особенность национального жилища как нельзя более уместно будет воплотить как раз в условиях собственного коттеджа, сделав, например, одну из стен в зимний сад или на террасу раздвижной, подарив себе возможность любоваться прелестями ландшафта.

Кстати, о раздвижных конструкциях. У японцев внутреннее пространство дома отличается отсутствием стационарных стен; оно разделяется передвижными перегородками или ширмами, текстильными или бумажными занавесями. Легкие и мобильные перегородки, как правило, имеют каркас из дерева, в который вставлены квадраты из матового стекла или рисовой бумаги. Японцы

называют их «седзи». Сегодняшнее увлечение европейцев традициями и культурой этой страны вполне подготовило западный менталитет к восприятию восточной эстетики. Поэтому зачастую в европейском интерьере пространство разделяется на функциональные зоны именно при помощи таких перегородок.

Не стоит схематично и машинально переносить все особенности восточного интерьера в условия нашей действительности. Чтобы передать атмосферу восточного дома, вполне достаточно выбрать из него всего лишь некоторые характерные и наиболее приемлемые для себя особенности. И воплотить их со вкусом и чувством меры.

Японский стиль дизайна интерьера характеризует также минимальное наполнение пространства. Предметная среда восточного интерьера с поправкой на комфортное существование в нем нашего соотечественника формируется чаще всего функциональной мебелью. Ведь, как ни старайся, научиться пользоваться татами вместо привычной кровати и напольными подушками вместо кресел – дело отнюдь не пяти минут. К тому же, согласитесь, лежать или сидеть практически на полу иногда бывает попросту холодно. Поэтому, не перегибая палку и сохраняя эстетику восточного стиля, оптимально будет обзавестись, скажем, невысоким широким диваном со столиком к нему, деревянной тумбой или этажеркой, кроватью (все-таки!) и, конечно, всевозможными шкафами с раздвижными дверями.

Главное условие – мебель должна быть выполнена из природных материалов. Не стоит особенно увлекаться и декорированием пространства. Вспомним, что характерной чертой японского интерьера остается минимализм, который проявляется в простоте и элегантности деталей.

Как правило, большую роль играет текстиль. Приветствуются не только занавеси и матерчатые ширмы, но также всевозможные ковры и циновки. Эту национальную особенность сегодня с успехом позаимствовали западные производители, создав целую индустрию тканей и настенных покрытий в восточном стиле. Характерными мотивами считаются иероглифы, изображение листьев или цветов; кроме того, в качестве компонентов покрытий, предназначенных для декорирования, все чаще выступают соломка, рафия, джут, сизаль, бамбук и другие растительные материалы.

В наш стремительный век, когда мы ежедневно испытываем

информационные и событийные перегрузки, так хочется, придя домой, отрешиться от суеты и обрести долгожданный покой, погрузившись в атмосферу уюта и тепла. Скорее всего, именно поэтому мы так тяготеем к интерьерам, минимально насыщенным декоративно. Уставшему за день сознанию просто необходима обстановка, в которой можно предаться медитации, а глазу нужно отдохнуть от пестрого разнообразия окружающего мира.







Стильная
ЖИЗНЬ
Женщины



Мои стены будут украшать роскошные японские веера.







Мне предстоял выбор, какие я буду готовить роллы. Ведь выбор многочисленный. Мой выбор был из:

Сашими — вид суши, больше всего предпочитаемый японцами. В переводе с японского означает "нарезанное филе".

Нигири готовятся путем сжимания рукой небольшого количества суши-риса. На получившиеся брусочки сверху кладут кусочки рыбы или других продуктов.

Гунканмаки — вид суши, представляющий собой рисовый эллипс, обернутый полоской нори.

Темаки — формируемый руками и быстро теряющий свою структуру вид суши. Поэтому их подают на стол сразу же после приготовления.

Хосомаки — самый популярный вид суши в России. Тонкие роллы, начиненные одним-двумя ингредиентами.

Саимаки — так называемые роллы "наизнанку", то есть рисом наружу.

Вегетарианские виды суши делают блюдо ярче и придают эстетическую гармонию.

Каваридзуси — вид суши, которые нельзя найти в суши-барах. Они готовятся из остатков любых продуктов, которые только можно найти.

Технологический этап.

Я выбрала три вида ролл - это «Калифорния», ролл «Гавайский» и ролл «Радуга».

Для приготовления ролл **Радуга** мне понадобится:

- 1.Лист нори
- 2.Рис
- 3.рисовый уксус
- 4.соус мирин
- 5.сахар
- 6.лимон
- 7.водоросли комбу
- 8.огурцы
- 9.авокадо
- 10.семга
- 11.тунец
- 12.икра летучей рыбы.

Ролл «Калифорния»

- 1.Рис
- 2.рисовый уксус
- 3.соус мирин
- 4.сахар

- 5.лимон
- 6.водоросли комбу
- 7.лист нори
- 8.огурец
- 9.авокадо
- 10.тигровые креветки
- 11.копченого угря
- 12.икры летучей рыбы.

ролл«Гавайские

- 1.Лист нори.
2. Рис.
- 3.Рисовый уксус.
4. Соус мирин.
5. Сахар.
6. Лимон.
- 7.Водоросли комбу.
8. Огурец, авокадо.
9. Семга.
10. Зеленая икра летучей рыбы.

Способ приготовления.

Ролл «Гавайский»



1. Промыть рис до тех пор, пока вода не станет прозрачной. Высыпать в кастрюлю и залить холодной водой так, чтобы вода покрывала рис на 2 см, после нужно довести до кипения.
 2. Рисовый соус, соус мирин, сахар, сок лимона и водоросли комбу смешать и поставить на огонь. Томить 15-20 минут не доводя до кипения. Горячий рис заправить соусом и остудить.
 3. *Рыбный омлет*: 3 яйца взбить с 80 мл соевого соуса, добавить 20 г сухого рыбного бульона и 40 г сахара. Все хорошо перемешать и обжарить.
 4. На лист нори выложить рис. На рис выложить икру, равномерно распределив ее, и перевернув.
 5. Семгу обжарить на сильном огне.
 6. Жаренную семгу, омлет, огурец и авокадо нарезать полосками и выложить на лист нори.
 7. Завернуть ролл в рулет квадратной формы и разрезать на 6 равных частей
- При приготовлении ролл я ипользоавла следующие инструменты:

Ролл «Калифорния»

1. Промыть рис до тех пор, пока вода не станет прозрачной. Высыпать в кастрюлю и залить холодной водой так, чтобы вода покрывала рис на 2 см, после нужно довести до готовности.
2. Рисовый уксус, соус мирин, сахар, сок лимона и водоросли комбу смешать и поставить на слабый огонь. Томить 15-20 мин, не доводя до кипения.
3. Горячий рис заправить полученным соусом и остудить.
4. На лист нори выложить рис. На рис выложить икру, равномерно распределить ее, затем лист перевернуть рисом вниз.
5. Огурец и авокадо нарезать тонкими полосками, угорь и креветки-небольшими кусочками и выложить на лист нори.
6. Завернуть ролл в рулет квадратной формы и разрезать на 6 равных частей.

Ролл «Радуга»

1. Промыть рис до тех пор, пока вода не станет прозрачной. Высыпать в кастрюлю и залить холодной водой так, чтобы вода покрывала рис на 2 см, после нужно довести до готовности.
2. Рисовый уксус, соус мирин, сахар, сок лимона и водоросли комбу смешать и поставить на слабый огонь. Томить 15-20 мин, не доводя до кипения. Горячий рис заправить полученным соусом и остудить.
3. *Рыбный омлет:* 3 яйца взбить с 80 мл соевого соуса, добавить 20 г сухого рыбного бульона и 40 г сахара. Все хорошо перемешать и обжарить.

4. На лист нори выложить рис. На рис выложить икру, равномерно распределив ее, и перевернув.
5. Огурец, авокадо, омлет и семгу нарезать полосками и выложить на лист нори.
6. Завернуть ролл в рулет квадратной формы. Тунец и семгу нарезать тонкими пластами, выложить поверх ролла, чередуя семгу с тунцом, и хорошо прижать. Готовый ролл разрезать на 6 равных частей.



Инструменты.

Самый важный инструмент для приготовления роллов – это макиса. Пусть вас не пугает название. Макиса – это небольшой бамбуковый коврик, используемый в японской кухне. Продается он в тех супермаркетах, где вы приобретаете рис и нори. С помощью него можно сделать аккуратные роллы и придать им желаемую форму – круглую, треугольную или прямоугольную.

Нож для роллов нужен не абы какой, а очень острый! Если нож недостаточно заточен, то он помнет и раздавит роллы, и весь ваш труд пойдет насмарку. Хорошо, если у вас есть настоящий японский нож для роллов. Но можно воспользоваться и простым.

В японских ресторанах роллы подаются в специальной посуде. Если у вас нет желания или возможности приобрести посуду для японской кухни, то можно использовать и обыкновенные плоские белые тарелки. Главное – разложите роллы красиво, украсьте тарелки кусочками овощей и узорами из васаби. Еда должна радовать глаз. И не забудьте палочки! Даже на русской кухне, когда вас никто не видит, есть роллы вилкой – кощунство. Палочки — идеальное дополнение к суши, и лучше всего использовать деревянные. Все палочки разные. Типичная японская палочка длиной 20 см изготовлена из дерева, верх у нее толще низа. Корейцы используют палочки той же формы, но делают их из серебра. Китайцы пользуются более тонкими и длинными (25 см) палочками из бамбука, лакированного дерева или пластика. В отличие от японцев они часто едят рис ложкой. Тайцы используют палочки, по форме похожие на китайские, и изредка едят рис вилкой или ложкой. Почему все суши-палочки разные? Скорее всего, это зависит от сорта риса, который используется при приготовлении суши. Японцы и корейцы готовят суши из клейкого круглого риса, который легко брать и нести ко рту двумя палочками. Китайцы и тайцы, как правило, используют длиннозерный рис, более сухой, поэтому его гораздо практичнее есть ложкой.

Сервировка стола.

Начнем с того, что для каждого гостя, по правилам этикета, предусмотрен персональный деревянный столик, на который выставляются сразу все блюда трапезы. В центре ставится основное блюдо, слева – рис, а справа – суп. Всевозможные соусы и приправы должны быть расположены справа и чуть позади от того блюда, для которого они предназначены. Палочки для еды, хаси, своим тонким концом обращены влево и никогда не касаются стола, а лежат на специальных подставках.

Посуда тщательно подбирается не только для каждого блюда, но и для каждого гостя так, чтобы тому было по возможности наиболее удобно. Например, самые большие по диаметру тарелки подаются мужчинам, женщинам – уже чуть поменьше. Глубина и диаметр посуды должны быть такими, чтобы каждое блюдо смотрелось в них «просторно», т.е. очень важно не забивать тарелки и пиалы пищей, оставляя на них свободное место. Еще нужно уделить внимание цвету: цвет посуды должен оттенять цвет блюда, например, тарелка для риса обычного темно-коричневого или черного цветов. Также в Японии существует правило подбора пищи, в соответствии с которым на одной тарелке могут сочетаться пять цветов. Чаще всего это черный – цвет водорослей нори; коричневый, зеленый, желтый и красный – цвета рыбы, овощей и соусов. Это правило о сочетании исполняется не просто потому, что так принято, а потому, что считается, будто вкусовые качества разных продуктов сочетаются между собой так же, как и их цвета.

На деревянных подносах принято преподносить жареное блюдо, на фарфоровых — сашими. Миски определены японцами для салатов, супы и рис подают в чашах, накрытых крышками, под саке предназначены токкури (небольшие фарфоровые или глиняные кувшины), а также небольшие чашечки. На каждом столе обязательно должна стоять небольшая бутылочка или кувшинчик с соевым соусом, а также емкость для его смешивания с васаби.

Существует еще и такая интересная деталь, как разнообразие посуды по форме и размерам. На одном столе могут ужиться вместе и круглые

маленькие тарелочки, и большие квадратные так, что весь стол не будет казаться каким-то загроможденным, а наоборот аккуратным, удобным и по-восточному красивым. Во всем должна быть гармония и уравновешенность.

Количество блюд на столе варьируется от 10 до 20 так, что сама трапеза больше напоминает дегустацию, ведь человек должен поесть каждое приготовленное ему угощение и при этом не переест. В связи с этим очень важно определить нужное количество пищи для каждого гостя, чтобы было не слишком много, но и не мало. Не смотря на большое разнообразие продуктов, блюда японской кухни можно есть в любом порядке, однако принято начинать с небольшого комочка риса.

Наверное, именно в многовековых традициях, которые соблюдаются по сей день, и содержится такой огромный интерес людей разных национальностей к японской культуре .

Техника безопасности при кулинарных работах.

При пользовании газовыми плитами

1. Перед использованием плиты хорошо проветрите помещение, включите вентиляцию. Убедитесь, что краны горелок и духового шкафа закрыты, откройте кран на газопроводе (черта на головке крана должна быть направлена вдоль оси трубы).
2. Следите за тем, чтобы пламя горелки было равномерным, синего цвета. Если оно желтого цвета и отрывается от горелки, отрегулируйте горелку.
3. Перед зажиганием горелки духового шкафа плиты проветрите его, открыв на 2-3 мин.

При пользовании электрической плиткой

1. Перед включением проверьте исправность шнура питания. Устанавливайте плитку на огнеупорную подставку (кирпич, асбест и т. п.). Не пользуйтесь плиткой с открытой спиралью.
2. При включении плитки штепсельную вилку вводите в гнезда штепсельной розетки до отказа. Не допускайте выключения вилки дерганием за шнур.
3. Для приготовления пищи на электроплитке пользуйтесь только эмалированной посудой.

При пользовании режущими инструментами

1. Соблюдайте максимальную осторожность. Картофель чистите желобковым ножом, рыбу - скребком, мясо проталкивайте в мясорубку деревянным пестиком. Передавайте ножи и вилки только ручкой вперед.
2. Хлеб, гастрономические изделия, овощи и другие продукты нарежьте на разделочных досках, соблюдая правильные приемы резания.

Пальцы левой руки должны быть согнуты и находиться на некотором расстоянии от лезвия ножа.

3. Соблюдайте осторожность при работе с ручными терками. Плотно

удерживайте обрабатываемые продукты (фрукты, овощи и т. д.), не обрабатывайте слишком маленькие части.

При работе с горячими жидкостями (вода, жир и др.)

1. Следите, чтобы при кипении содержимое посуды не выливалось через край. При сильном кипении сокращайте огонь или выключайте плиту.
2. Крышки горячей посуды берите полотенцем и открывайте от себя.
3. Сковородку ставьте и снимайте сковородником с деревянной ручкой.

Заключительный этап.

Самооценка.

Я считаю, что я справилась с заданной мною задачей. Я научилась готовить роллы. Так же я много узнала о японской кухне, о культуре японской кухни, познакомилась с интерьером в Японии Национальные костюмы.

Способности:

1. Я многое узнала о японской кухне.
2. Я научилась правильно сервировать стол.
3. Я узнала историю происхождения ролл, суши.
4. Я научилась готовить.
5. Я научилась владеть инструментами при приготовлении блюд.
6. Я узнала всю историю японского стиля и его происхождения.

Экономический расход.

Ролл «Гавайский»

Продукт.	Цена.	Кол-во	Сума
Лист нори.	50	1	50
Рис.	60	1	60
Рисовый уксус.	90	1	90
Соус мирин	70	1	70
Сахар	20	1	20
Лимон	15	1	15
Водоросли комбу	150	1	150
Авокадо	45	1	45
Семга	180	100 гр.	180
Огурец	10	1	10
Зеленая игра летучей рыбы	400	1	400
Итого		1090	

Ролл «Радуга»

Продукт	цена	Кол-во	сумма
Лист нори	50		50
Рис	60	1	60
рисовый уксус	90	1	90
соус мирин	70	1	70
Сахар	20	1	20
Лимон	15	1	15
водоросли комбу	150	1	150
Огурцы	10	1	10
Авокадо	45	1	45
Семга	180	100 гр.	180
Тунец	500	100 гр.	500
икра летучей рыбы.	400	1	400
Итого	1590		

Ролл «Калифорния»

продукт	цена	Кол-во	Сумма
Рис	60	1	60
рисовый уксус	90	1	90
соус мирин	70	1	70
сахар	20	1	20
лимон	15	1	15
водоросли комбу	150	1	150
лист нори	50	1	50
огурец	10	1	10
авокадо	45	1	45
тигровые креветки	300	200 гр.	300
копченого угря	350	200 гр.	350
икры летучей рыбы.	400	1	400
Итого		1560	

Библиографический список использованной литературы

1. <http://ru.wikipedia.org> Роллы — Википедия
2. <http://ru.wikipedia.org> Суши — Википедия.
3. <http://www.sushi-tyumen.ru> Суши история | История ...
4. Кулинарная книга. Суши, Паста, Фондю и другие модные блюда.
5. <http://ru.wikipedia.org/> Фудзияма — Википедия