

El ABC del Sushi: todo lo que necesitas saber para disfrutar de este plato

El sushi es uno de los platos más populares en todo el mundo, y por buenas razones.

Este [plato tradicional japonés](#) combina el arroz cocido con vinagre, las láminas de algas secas (nori), y el [pescado crudo](#), creando una combinación de sabores y texturas única.

Si eres nuevo en el mundo de este majar, no te preocupes, en este artículo te contaremos todo lo que necesitas saber para disfrutarlo al máximo.

Los ingredientes del sushi



Tradicionalmente se hace con arroz cocido con vinagre, que se enrolla en láminas de algas secas (nori), y se rellena con

pescado crudo, mariscos, verduras, huevo, entre otros ingredientes. Los ingredientes pueden variar, pero lo más importante es que sean frescos y de alta calidad.

Tipos de sushi

Existen varios tipos, y cada uno tiene su propia preparación y presentación. Uno de los más conocidos es el nigirizushi, que es un estilo icónico de sushi que está formado por un montículo hecho a mano de arroz especialmente preparado y coronado por la neta –los ingredientes que van en la parte de arriba–.

El makizushi es otra variedad muy conocida en la que el chef coloca la neta sobre un lecho de arroz y, después, enrolla todo junto con un tapete de bambú para darle su distintiva forma.

Para el temakizushi, similar al makizushi, los ingredientes se colocan sobre un alga nori que, posteriormente, se enrolla a mano hasta obtener un cono cerrando uno de los extremos y dejando que la neta sobresalga por el otro.



En el chirashizushi, la neta se sirve sobre un bol de arroz, en lugar de enrollado en algas nori.

El edomae suele consumirse en un mostrador, alrededor del cual se sientan los clientes. El chef da forma a los nigiri y corta el pescado, justo después de que el cliente lo pida, y sirve el plato de inmediato.

En el caso del oshizushi, el arroz se coloca en una caja, con la neta encima y, después, se comprime con la ayuda de un molde de bambú. El sushi de caballa battera es un famoso tipo de oshizushi.

Funazushi es un término para el narezushi, el tipo de sushi más antiguo que se elabora fermentando pescado con sal y arroz.

El inarizushi es un sushi compuesto de tofu frito, relleno de arroz, así como otros ingredientes en algunas ocasiones.

También hay diferentes formas tradicionales de sushi vegetariano, como el umeshiso maki, un makizushi relleno de

perilla y pasta de ciruela salada.

Cómo comer sushi

A diferencia de lo que se cree, la forma tradicional de comer sushi es con los dedos, sumergiendo ligeramente el sushi en salsa de soja, y comiéndolo en un solo bocado.

Hay una forma correcta de sumergirlo en la salsa de soja. Sumerge primero la neta, sin que el shari (es decir, el arroz) llegue a tocar la salsa de soja, ya que, de lo contrario, absorberá demasiada salsa y el sushi se saturará, poniendo en peligro la estructura del montículo de arroz.

Sabor del sushi

Su sabor es complejo y delicado. El arroz cocido con vinagre tiene un sabor ácido y dulce, que se combina con el sabor salado del pescado y la salsa de soja.

El wasabi agrega un toque de picante, mientras que el jengibre encurtido ayuda a limpiar el paladar.

Maridaje



El sushi se marida bien con una variedad de bebidas, como el té verde, la cerveza japonesa, o el sake.

Estas bebidas complementan los sabores del sushi y ayudan a limpiar el paladar. Es importante recordar que el sake debe servirse ligeramente frío, nunca caliente.

El arroz es fundamental cuando hablamos del mejor sushi



En la calidad del sushi entran en juego otros factores, más allá del uso de ingredientes excepcionales. Podría decirse que la destreza del chef de sushi es igual de importante.

Para comprender su estilo hay que fijarse en el arroz, el shari.

Los grandes conocedores del sushi pueden llegar a obsesionarse con los estilos, texturas y sabores del arroz.

Hay que tener en cuenta diferentes detalles, como el equilibrio entre el vinagre y el azúcar, la cantidad de arroz que se pone e, incluso, la firmeza del arroz.

Además, ten en cuenta que no todo el sushi sabe mejor cuando se utilizan ingredientes frescos.

Por ejemplo, muchos shiromi, o pescados de carne blanca, son buenos cuando se envejecen en ambientes controlados.

La cantidad de tiempo que se necesita para envejecer el pescado depende, en gran medida, de su contenido en grasa y el

tamaño del corte.

La combinación de estos pequeños detalles es el auténtico sello de un chef de sushi magistral.

Precauciones

Es importante asegurarse de que el pescado que se usa para el sushi sea fresco y de alta calidad, ya que el consumo de pescado crudo puede representar un riesgo para la salud. Además, se debe evitar consumir demasiado wasabi, ya que es muy picante y puede irritar el estómago.

Como puedes ver, el sushi es un platillo delicioso y saludable que se puede disfrutar en cualquier ocasión. Con este ABC del sushi, estás listo para disfrutar de esta propuesta tradicional japonesa. Ahora es tu turno de probarlo. ¡Buen provecho!