

# Roulage de sushis

Tutoriel vidéo

Skills Canada Alberta est un organisme provincial sans but lucratif qui fait activement la promotion des carrières dans les métiers spécialisés et les technologies auprès des jeunes de l'Alberta. Nous y parvenons grâce à une programmation pratique unique, qui comprend les ressources en classe et le concours provincial de Skills/Compétences Canada.



## Ce qui est fourni

- 20 tapis à sushi
- 2 kg de riz à sushi
- Feuilles de nori
- Assaisonnement à sushi
- Sauce soya
- Gingembre pour sushi
- Wasabi
- Baguettes
- Mayonnaise japonaise

## Ce dont vous aurez besoin

- Garniture : Saumon, concombre, avocat, etc.
- Couteau
- Plateau de service

Identiquez-nous dans vos projets! **#ABisSkilled**

## PAS SI VITE!

Avant de commencer, lavez-vous les mains avec de l'eau et du savon et assurez-vous que votre poste de travail est propre et bien rangé. Disposez tous les ingrédients et vous êtes prêt à cuisiner!

As-tu réussi ces compétences avec brio? Parle à ton professeur pour en savoir plus sur la façon dont tu peux mettre tes compétences en valeur auprès de Skills Canada Alberta, en compagnie d'autres élèves de partout dans la province!

# Mettons-nous au travail!



Rincer le riz pour éliminer l'amidon et le faire cuire (2 tasse de riz : 2,4 tasse d'eau)



Assaisonner le riz en y ajoutant l'assaisonnement à sushi (2 tasse de riz : 2 c. à soupe d'assaisonnement)



Préparer la feuille de nori et y ajouter du riz, en laissant un espace vide autour sur les bords



Ajouter toute autre garniture supplémentaire de son choix, p. ex., du saumon fumé, du concombre, de l'avocat



Rouler le sushi à l'aide du tapis à sushi



Couper, assembler et savourer vos rouleaux de sushi!

**MÉTIERS SPÉCIALISÉS : ARTS CULINAIRES**

# Recette de mayonnaise japonaise Kewpie

## INGRÉDIENTS

- 4 jaunes d'œufs pasteurisés (à température pièce)
- 720 ml d'huile de canola douce
- 4 c. à soupe de moutarde de Dijon douce
- 4 c. à soupe de vinaigre de riz
- 1 c. à soupe de dashi en poudre
- 4 c. à soupe de sucre
- 8 c. à soupe de jus de citron frais
- 2 c. à soupe de sel kascher



## MÉTHODE

- Dans le bol d'un batteur sur socle, mélanger les jaunes d'œufs pendant environ 30 secondes à la 3<sup>e</sup> vitesse;
- Pendant que le batteur fonctionne en 3<sup>e</sup> vitesse, ajouter lentement environ le tiers de l'huile. Arrêter le batteur et ajouter le sel, le sucre et le dashi en poudre. Remettre le batteur en marche et ajouter lentement un autre tiers d'huile en un flot constant. Ne pas ajouter l'huile trop rapidement, sinon elle va se décomposer;
- Ajouter le vinaigre, le jus de citron et ajouter lentement le reste de l'huile jusqu'à ce qu'elle soit émulsifiée. Ne pas trop mélanger ni surchauffer le mélange;
- Goûter à la mayonnaise et l'assaisonner de sel, de sucre ou de jus de citron au goût. Réfrigérer.