

Misosoep (+ basisrecept Dashi) (50 pers)

20 min voorbereiding | 6h wachten | 30 min bereiden

Ingrediënten

- 10L Water
- 10 stuks Kombu
- 20 gedroogde Shiitake
- 42 eetlepel Shiro (Witte) Miso (=740g)
- 35 cm Daikon (ong. 1 Rettich/Daikon?)
- ±10 stuks Aburaage (gefrituurde Tofu)
- Enoki en Shiitake paddenstoelen
- 1 bos bosui

Bereiding

1. Om Dashi te maken: Doe de gedroogde Kombu en Shiitake met het water in een pan en laat het 6 uur trekken in de koelkast. Zet de Dashi op het vuur. Verwijder de Kombu!! en Shiitake vlak VOORDAT het water kookt! Schep het schuim van de Dashi. Laat evt afkoelen en gebruik als nodig.
2. Snijd de Daikon en Aburaage in reepjes. Maak de paddenstoelen schoon en snijd ze in behapbaar formaat. Snij de bosui in fijne ringen.
3. Breng de Dashi aan de kook. Voeg de Daikon en paddenstoelen toe. Sudder tot de Daikon gaar is (15-20 min).
4. Voeg de Aburaage toe en sudder nog 2 min.
5. Zet het vuur uit. Roer de miso door de soep tot deze goed is opgelost. Garneer met de bosui.

Sushirijst

<https://www.justonecookbook.com/how-to-make-sushi-rice/>

Ingrediënten [x5]

- [2kg] 2 cups (474ml) Sushirijst
- [600ml] ½ cup (118ml) rijstazijn
- [300g] ¼ cup (59ml) suiker
- 1 eetlepel zout
- (Mirin, optioneel)
- (Kombu, Optioneel)

Richtlijn sushiazijn: 4:2:1 azijn:suiker:zout. Evt + 1 deel mirin

Bereiding

1. Was de rijst tot het water helder doorloopt
2. Kook de sushirijst. (Richtlijn rijst:water 1:1 - 1:1:2)
(Bij voorkeur in een rijstkoker, waterniveau 1 vingerkootje boven de rijst uit. 1 vel kombu bovenop - weggoeien na koken)
3. Kook de rijstazijn met suiker en zout om sushiazijn te maken.
4. Spreid de sushirijst uit in een ondiepe bak (met bakpapier). Besprenkel de rijst voorzichtig en gelijkmatig met de sushiazijn, terwijl je de rijst voorzichtig omspatelt om goed te mengen zonder de rijst te pletten.

Sushi

Ingredienten (schatting)

- 2kg sushirijst totaal nodig
- 230g vegan zeastar zalmon = 6 rollen (3 kopen)
- 4 Avocado (1 Avocado = 6 rollen)
- 2 Takuan / Ingelegde Daikon (1 daikon = 12? rollen)
- 2 Komkommer (1 komkommer = 12? rollen)
- 24-36 vellen Sushi nori
- 26 pockets Aburaage (gefrituurde tofu)
- Sesamzaad zwart/wit
- Sesamolie
- 1L dashi
- 100ml sojasaus
- 120g suiker
- 2 theelepels miso
- wasabi
- sushigember
- Togarashi
- Mayo

Zalmrollen

- Maak inside-out sushi rollen, belegd met strips van vegan zalm, avocado en komkommer

Spicy Mayo

- Meng mayo met togarashi en een beetje sesamolie (+evt, limoen/citroen, chilli-olie, sriracha, MSG, sojasaus...)

Takuan Maki

- Maak dunne sushirollen belegd met 1 strip ingelegde gele Daikon-radijs

Inarizushi

<https://www.chopstickchronicles.com/inari-sushi/>

- Snij de vierkantjes Aburaage loodrecht door het midden, door de helft door
- Kook de Aburaage 10 min in de Dashi, suiker en sojasaus.
- Voeg de miso toe. Kook door tot alle vloeistof is geabsorbeerd/verdampt
- Laat afkoelen
- Maak 'ovaaltjes' van sushirijst. Vul voorzichtig elk Aburaage-zakje met een ovaaltje rijst.

Katsu Curry

60 min voorbereiding | | 40 min bereiden

Ingrediënten

- 5 pakjes GOLDEN CURRY medium hot
- 2kg uien
- 750-1000g wortelen
- 1 - 2 kg aardappelen
- 4 blik kikkererwten
- 5 appels
- 2700ml water
- Bulldog groente & fruit saus (5-10el)
- (gecarameliseerde uien, ketchup, cacao, koffie...)
- 3.5kg japanse rijst
- vloeibare margarine
- 20? schnitzels
- (Fukujinzuke pickled groenten voor erbij)

Bereidingswijze:

1. Roerbak de groenten in olie/margarine in een grote koekenpan op middelhoog vuur gedurende ca. 5 min.
2. Voeg water toe en breng het aan de kook.
3. Rasp de appel bij het mengsel
4. Zet het vuur laag en laat het afgedekt ca. 15 min. sudderen tot de ingrediënten zacht zijn.
5. Zet het vuur uit, breek S&B GOLDEN CURRY SAUCE MIX in stukjes en voeg deze toe aan de koekenpan. Roeren totdat de sausmix gesmolten is. Voeg de bulldogsaus, kikkererwten en andere smaakmakers toe. Laat het geheel ca. 5 minuten al roerend sudderen onder constant roeren.
6. Kook de rijst. Bak de schnitzels. Snijd de schnitzels in reepjes. Serveer de curry met de rijst en schnitzel.

Soba noodles

15 min voorbereiding | 30 min bereiden

Ingrediënten

- 5 pakken soba noodles
- 1 pak rijstnoodles (voor glutenvrij)
- 400ml sojasaus
- 10el rijstazijn
- 15el sesamolie
- 1tl zwarte peper
- 5el suiker
- 5 el zonnebloemolie
- 8 bosjes bosui, gehakt (+ fijngehakte bosui voor garnering)
- 15 el geroosterd sesamzaad

Bereiding

1. Kook de noodles en spoel ze goed af onder koud water
2. Meng de sojasaus, sesamolie, rijstazijn, suiker en zwarte peper
3. Verhit een grote wok/koekenpan over middelhoog tot hoog vuur. Voeg de olie toe en als deze heet is ook de bosui. Bak de bosui 15-30 seconden tot het geurt.
4. Voeg het sausmengsel toe en kook het 30 seconden. Voeg de noodles toe en wok totdat de noodles heet zijn. Meng de helft van het sesamzaad erdoor
5. Garneer met de fijngehakte bosui en het overige sesamzaad.

Yakitori

60 min voorbereiding | 80 min bereiden

<https://www.justonecookbook.com/yakitori/>

Ingredienten (60 spiesjes)

- 60 Spiesjes
- 2kg kipstuckjes (vegetarische slager)
- 8 bosjes bosui
- 600ml sojasaus
- 600ml mirin
- 300ml sake
- 300ml water
- 10 el bruine suiker
- Shichimi Togarashi (garnering)
- Witte sesamzaadjes (garnering)

Bereiding

1. Week de spiesjes 30min in water
2. Snijd het witte deel van de bosui in stukken van 3cm
3. Maak de Tare (saus): Doe de sojasaus, mirin, sake water, bruine suiker en het groene deel van de bosui in een steelpan en kook totdat het tot $\frac{1}{3}$ van het originele volume gereduceerd is (30-60 min). Verwijder de bosui.
4. Maak spiesjes van om-en-om kipstuckjes en bosui
5. Gril de spiezen op een ingevet rek 6 min onder de ovengril
6. Bestrijk de spiezen met de Tare. Draai de spiezen om. Bestrijk ook de andere kant met de tare. Gril 3-4 min
7. Draai de spiezen nog 1 keer om. Bestrijk met Tare. Gril 1-2 minuten.
8. Serveer met Shichimi Togarashi, sesamzaadjes en evt extra Tare

Mini Okonomiyaki

60 min voorbereiding | 80 min bereiden

<https://www.justonecookbook.com/yakitori/>

Ingredienten (60 flensjes)

- 1500g yamaimo (chinese yam) (óf 750g silken tofu + 750ml water)
- 6tl dashi (poeder / geconcentreerd) (800ml dashi ingekookt?)
- 180-300g (18-30 el) rijstbloem of tarwebloem
- 5tl bakpoeder (optioneel)
- 3tl zout
- 2 bosjes bosui, gehakt (180g)
- 18 gedroogde shiitake, gerehydrateerd (360g), in reepjes gesneden
- 180g / 18el tenkasu (tempurastukjes)
- 1kg kool (wite / chinese), fijngesneden
- blik mais (optioneel)
- blik kimchi (optioneel)
- Naturel aardappelchips (optioneel)
- Sushigember
- 600ml okonomiyakisaus
- 600ml vegan mayo (+ dashi concentraat + mosterd + rijstazijn + msg + knoflookpoeder + kala namak + miso)

Bereiding

1. Pel de yamaimo en rasp het in een grote kom
2. Voeg dashi, bloem, zout en bakpoeder toe en roer om een beslag te maken.
3. Voeg de bosui, shiitake, tenkasu, kool, optionele ingredienten en wat sushigember toe en meng tot alles bedekt is met het beslag
4. Maak kleine pannenkoekjes van ongeveer 2cm dik. Bak ze in een hete pan. Dek de pan af en bak 5 min. Draai om, dek de pan weer af en bak nog 5 min.
5. Serveer met okonomiyakisaus, mayo, bosui, (evt nori), en sushigember

Wakame salade

120 min voorbereiding | 4h wachten | 15 min bereiden

Ingrediënten (60 bakjes)

- 60 serveerbakjes bamboe
- 2500-3000g wakame salade (CONTROLLEREN OP GLUTEN)
- 18 el (250ml) ponzu
- 12 el truffelolie
- 12 el yuzusap
- (sesamolie als meer nodig)
- 9 tl agavesiroop
- (optioneel zwarte truffel)
- (optioneel: 6tl witte miso; 6tl nutritional yeast)
- 3 grapefruits
- 850ml appelsap goede kwaliteit
- 2 limoen (100ml sap)
- 100g suiker
- 15g agar
- 50g chopped shiso

Bereiding

1. Ontdooi de wakamesalade (als bevroren)
2. Maak de appel-shisogel:
 - Meng het appelsap met de limoensap
 - Meng in een pannetje 425ml van de appel-limoensap met de suiker en agar
 - Breng al roerend aan de kook. Kook 2 minuten terwijl je roert
 - Voeg het mengsel toe aan een blender met de shiso en overige appel-limoensap
 - Mix op volle kracht 50 sec
 - Zeef het mengsel door een fijne zeef.
 - Laat 4 uur opstijven in de koelkast
 - Blend de gel tot een fijne consistentie in een blender en zeef het door een fijne zeef
 - Doe de gel in een spuitzak of sausfles
3. Snijd de grapefruit in kleine stukjes zonder vel en wit
4. Maak een dressing van truffelolie, yuzu en agave (+optionele ingrediënten)
5. Meng de dressing met de wakamesalade
6. Verdeel over serveerbakjes en garneer met de grapefruit en de appel-shisogel

Japanse komkommersalade

30 min voorbereiding | 10 min bereiden | 1h10min wachten

Ingrediënten

- 10 komkommers
- 8 tl zout (voor vocht onttrekken)
- 125ml (9el) rijstazijn
- 40g suiker
- 1tl zout (voor dressing)
- 1tl sojasaus
- 4 tl sesamzaadjes
- sesamolie naar smaak

Bereiding

1. Schaaf komkommers met een mandoline in dunne plakjes
2. Bestrooi met zout, meng goed, laat 10 min staan
3. Spoel de komkommer af in een zeef om het zout te verwijderen. Knijp nu zoveel mogelijk water eruit
4. Meng de ingrediënten voor de dressing. Meng de dressing met de komkommer. Marineer minimaal 1 uur
5. Besprenkel voor serveren met sesamzaad.

Miso Aubergine

30 min voorbereiding | 30 min bereiden | 15min wachten

<https://www.justonecookbook.com/miso-glazed-eggplant/>

Ingrediënten

- 15 japanse aubergines
- 15 el witte miso
- 5 el suiker
- 5 el mirin
- 2 ½ el sake
- 5 el sesamololie
- 1 bos bosui
- verse shiso (of chopped shiso)
- 10 tl geroosterde witte sesamzaadjes
- 1 potje yuzu kosho

Bereiding

1. Halveer de aubergines. Snij ze kruislinks in op het snijvlak. Bestrijk met sesamololie
2. Rooster ze met het snijvlak naar beneden op bakpapier 15 min op 220 °C.
3. Meng de miso met de suiker en mirin. Voeg sake/water toe tot de gewenste consistentie is bereikt voor de glaze.
4. Snijd de bosui en de shiso fijn ter garnering
5. Draai de aubergines om en bestrijk met de glaze. Zet ondertussen de grill aan
6. Grill de aubergines 3-5 minuten of tot de glaze begint te bubbelen.
7. (Snijd evt de Aubergines in de gewenste portiegrootte)
8. Bestrijk de aubergines met yuzu kosho. Garneer met bosui, shiso en sesam.

Daikon Yuzu pickle

30 min voorbereiding | 10 min bereiden | 3h wachten

Ingrediënten

- 3 daikon / rettich
- 90 - 150 ml yuzusap
- (Evt yuzuschil)
- 3tl zout
- 180ml (12 el) rijstazijn (- 60ml als meer yuzu)
- 230g (18el) suiker
- 3-6 chilipepers, in fijne reepjes

Bereiding

1. Was en julienne de daikon
2. Besprenkel met zout. Laat 20 min staan
3. Lek de daikon uit en knijp overtollig vocht eruit
4. Meng de daikon met de yuzu, azijn, suiker en chili
5. Marineer de daikon minimaal 2h in de koelkast

Geroerbakte Lotuswortel

20 min voorbereiding | 20 min bereiden

Ingrediënten

- 1250 g lotuswortel (38cm)
- 1200ml water (om te weken)
- 5 el rijstazijn (om te weken)
- 5 droge chilipepers
- 5 el sesamololie
- 2,5 el geroosterde witte sesamzaadjes
- 5el sake
- 5el mirin
- 2.5el suiker
- 5 el sojasaus

Bereiding

1. Pel de lotuswortel en halveer in de lengte.
2. Snijd dunne plakjes en week deze 3-5 min in het water met azijn om verkleuring te voorkomen. Lek daarna goed uit
3. Snij de chili in plakjes (verwijder de zaadjes)
4. Verhit de sesamololie in een pan op middelhoog vuur en roerbak de lotuswortel.
5. Zodra de lotuswortel bijna doorzichtig is (80% gaar), voed de sake, mirin en suiker toe. Bak totdat de alcoholgeur is verdwenen.
6. Voeg de chili en de sojasaus toe en meng goed. Laat de sojasaus niet verbranden.
7. Als de vloeistof bijna is verdampt, voeg de sesamzaad toe en meng goed.

Hanami Dango

2h wachten (ijswater) | 120 min bereiden

Ingrediënten (60 stokjes)

- 60 sateprikkers
- 6 blokken silken tofu (1200g)
- 600 g rijstmeel
- 600g kleefrijstmeel (glutinous rice flour)
- 600g poedersuiker
- 3tl roze kleurstof
- 3tl matcha poeder
- (optioneel rode bonenpasta om mee te serveren)

Bereiding

1. Combineer de tofu, rijstmeel, kleefrijstmeel en poedersuiker in een grote kom. Kneed tot een deeg. Het moet de consistentie van je oorlel hebben.
2. Verdeel het deeg in 3 delen. Laat 1 deel wit. Kleur 1 deel roze en 1 deel matcha.
3. Verdeel elk deeg in 60 gelijke balletjes (10-15g per balletje)
4. Zet een bak ijswater / koud water klaar.
5. Kook de balletjes tot ze naar boven komen drijven (5-6 min). Kook ze nog 1 minuutje door zodra ze drijven.
6. Schep ze met een schuimspaan in de bak koud water om het koken te stoppen.
7. Maak spiesjes met 1 groen, dan 1 wit en bovenop 1 roze balletje.



Sesamijs

4h wachten | 60 min bereiden

Ingrediënten (8L ijs)

- 32 el zwart sesamzaad, geroosterd
- 240ml sesamolie
- 3200ml kokosroom (toko, geen kokosmelk)
- 2000ml zoete gecondenseerde kokosmelk
- 2000g (ca 16stuks) banaan
- 8 el ahornsiroop
- 8tl vanille extract
- (Zwarte sesampasta (vervangt (een deel van) sesamzaad en olie))

Bereiding

1. Zet een kom minstens 10 min in de vriezer om voor te koelen
2. Maak sesampasta door sesamzaad fijn te malen in een hakmolen totdat er olie vrijkomt (5-8 min). Voeg nu beetje bij beetje de sesamolie toe totdat er een smeuge pasta ontstaat.
3. Klop de kokosroom in de gekoelde kom tot slagroom. Voeg halverwege de gecondenseerde kokosmelk toe
4. Pureer de bananen glad met een staafmixer. Voeg de bananenpuree samen met de ahornsiroop en vanille toe aan de slagroom. Roer door. Voeg de sesampasta toe en roer nog eens door.
5. Doe het mengsel in een met bakpapier beklede cakevorm. Zet in de vriezer. Mix na 2 uur door met een handmixer. Zet nog 2 uur in de vriezer. Mix nog een keer door. Vries nog minimaal 1 uur in. Haal een kwartier voor serveren uit de vriezer.

Onigiri

Ingrediënten (60 umebushi onigiri + 60 tonijn onigiri)

- [3kg] 2 cups (474ml) Sushirijst
- [900ml] ½ cup (118ml) rijstazijn
- [450g] ¼ cup (59ml) suiker
- 1 eetlepel zout
- (Mirin, optioneel)
- (Kombu, Optioneel)
- 30 vellen nori
- 15 umeboshi pruimen
- 960g Vuna vegan tonijn
- 2 grote potten / 800 gram vegan mayo
- Wasabi
- (optioneel furikake om te serveren)
- (roze kleurstof optioneel)

Bereiding

1. Maak de rijst volgens het recept voor sushirijst.
(Kleur evt de helft van de rijst roze voor de umeboshi onigiri)
2. Snijd de Umeboshi fijn
3. Meng de Vuna tonijn met de mayo. Breng op smaak met wasabi, soja, dashi...
4. Zet een kom water naast je terwijl je werkt; maak je handen voortdurend nat om te voorkomen dat de rijst blijft plakken.
5. Als de rijst koel genoeg is om te hanteren, pak je een stuk rijst ter grootte van een golfbal en leg je het in je handpalm. Vorm een kuiltje en doe er dan ongeveer een halve theelepel gehakte umeboshi pruimen of een ruime theelepel tonijnmengsel in. Werk het af met nog een stukje rijst.
6. Vorm de rijst met vochtige handen naar wens in een driehoekvorm. Wikkel in zeewier en druk licht aan om te hechten.
7. Herhaal dit met de resterende rijst en serveer hierna direct zodat het zeewier krokant blijft.

