OMAKASEBOX

"TRANSMITIMOS AMOR PELAS MÃOS"

por Éder Nascimento

Há uma década dedico-me ao estudo e à prática das tradições culinárias do Japão, unindo o rigor técnico do Kaiseki Ryōrià abordagem intimista do Omakase privado.

Após 18 anos na fotografia de concertos — período em que apurei a sensibilidade para o detalhe, o tempo e a estética —, encontrei na gastronomia japonesa a minha missão de vida.

A minha formação consolida-se pela Japanese Culinary Academy (Certificação de Bronze), pelo reconhecimento no World Washoku Challenge e por vivências diretas no Japão em casas como Sousaku Sushi Kappo Shime Zushi, 72kou e Ise Sueyoshi. A minha trajetória inclui também a rede Nobu e restaurantes reconhecidos pelo Guia Michelin no Brasil e em Portugal, estendendo-se em território português à colaboração com o Museu do Oriente na difusão e salvaguarda da cultura gastronómica japonesa.

Compreender a cultura por trás de cada ingrediente, gesto e tradição é acolher, respeitar e proporcionar momentos que permaneçam na memória de cada pessoa.

Éder Nascimento – 914 225 939 (Whatsapp) – eder@omakasebox.com – www.omakasebox.com

WORKSHOP IZAKAYA - JAPÃO

NEGIMA:

É uma espetada japonesa clássica de yakitori**,** feito com pedaços de frango intercalados com **cebolo** grelhados lentamente até ficarem suculentos e levemente caramelizados. Simples e equilibrado, destaca a harmonia entre a carne e o vegetal, representando a essência da culinária japonesa.

INGREDIENTES:

NEGIMA

Esta lista de ingredientes rende em média 6 porções de 50g em cada espetada:

- ***300g***: coxa de frango (desossada com pele)
- ***100g:*** cebolo
- ***Ao gosto:*** pimenta branca e sal

MOLHO

- ***Carcaça de frango*** (ou os ossos da coxa)
- ***40ml***: molho de soja
- ***20ml:*** saquê culinário
- ***20ml:*** saquê mirin
- ***35g:*** açúcar
- ***2 dentes:*** alho esmagado
- ***5g:*** gengibre com casca
- ***20g:*** talo cebolo

MODO DE PREPARO:

MOLHO

1. Grelhar ou assar a carcaça de frango (ossos) do frango até dourarem bem.
2. Misturar todos os ingredientes em uma panela e levar ao lume e mexer até derreter o açúcar
3. Juntar a carcaça (ossos) de frango e deixar a cozinhar lentamente até reduzir um bocado.

NEGIMA

1. Cortar a parte branca do cebolo no tamanho de uma polegada e reservar
2. Retirar as gorduras mais amareladas da coxa do frango
3. Cortar em tiras e depois em pedaços de uma polegada
4. Pegue o espeto de bambum e inicie com o pedaço da coxa, outro de cebolo e assim por diante
5. Não deixe sobrar a ponta do espeto para fora.
6. Após feito todos os espetos pode polvilhar um pouco de sal e pimenta branca se desejar
7. Unte uma frigideira com óleo e em fogo médio coloque as espetadas para grelhar com a parte da pele para baixo
8. Cubra com papel prata e deixe por uns 3-4min, verifique se a parte da pele está bem dourada
9. Se estiver com a pele dourada vire as espetadas e passe o molho com pincel
10. Repita esse processo de passar o molho e sempre virar as espetadas, por volta de umas 4x
11. O molho vai ficar mais reduzido e encorpado, e está pronto

Éder Nascimento – 914 225 939 (Whatsapp) – eder@omakasebox.com – www.omakasebox.com

KARASHI RENKON: Edo (1603–1868) / Kumamoto, ilha de Kyushu

É a raiz de lótus cozida, recheada com mostarda, miso e frita em seguida.

INGREDIENTES:

- ***1 unid***: raiz de lótus
- ***5ml:*** vinagre de arroz

RECHEIO:

- ***90g***: miso branco ou vermelho
- ***3g:*** mostarda japonesa
- ***12ml:*** água morna
- ***15g:*** açúcar
- ***25g:*** panko (pão ralado japonês)

PARA PANAR E FRITAR:

- ***1 unidade:*** ovo
- ***120g:*** farinha de trigo
- ***120ml:*** água
- ***6g:*** açafrão
- ***1,5g:*** sal fino
- ***500ml:*** óleo alimentar

MODO DE PREPARO:

RAIZ DE LÓTUS

4. Cortar as duas extremidades (descartar) e em seguida descascar a raiz de lótus
5. Coloque água e o vinagre em uma panela e as cozinhe até ficarem macias (palito) ~6min
6. Após cozer, retire e as deixe arrefecer em pé em uma grelha

RECHEIO

12. Dissolva o pó de mostarda em água morna até formar uma pasta
13. Em um bowl coloque o miso, açúcar e a panko, misture bem até incorporar todos os ingredientes
14. Adicione a pasta de mostarda e misture muito bem
15. Pegue a raiz de lótus e coloque a mistura dentro dos furos com uma espátula, deve rechear por completo até começar a sair pelo outro lado.
16. Enrolar em película e deixar no frigorífico por pelo menos 6 horas, o ideal são 12 horas

PANAR E FRITAR

1. Aqueça o óleo alimentar até 180ºC
2. Bater os ovos em um bowl, em seguida adicione a farinha de trigo, açafrão e sal
3. Misture tudo e por fim incorporar a água até formar uma massa mais densa
4. Retire a película e seque bem a raiz de lótus
5. Mergulhe a raiz de lótus na massa e em seguida leve ao óleo para fritar
6. Frite por volta de 5min sem deixar encostar no fundo da panela
7. Após fritar, deixar escorrer e em seguida cortar em fatias médias e servir

KATSUSANDO:

É um sanduíche japonês feito com **tonkatsu** — lombo de porco panado e frito até ficar crocante — colocado entre fatias de pão macio, geralmente acompanhado de **molho tonkatsu** levemente adocicado e repolho crocante. Simples e reconfortante, é um clássico da comida rápida japonesa, combinando textura, sabor e praticidade em cada mordida.

INGREDIENTES:

KATSUSANDO

Esta lista de ingredientes rende em média 4 porções:

- ***200g***: lombo ou cachaço de porco em bife
- ***2 unids:*** pão sem côdea
- ***100g:*** couve coração
- ***100g:*** manteiga derretida
- ***200ml:*** óleo alimentar
- ***50g:*** farinha de trigo
- ***50g:*** fécula de batata
- ***200g:*** panko (pão ralado mais grosso)
- ***1 unid:*** ovo
- ***A gosto:*** sal e pimenta do reino

MOLHO

- ***45ml***: ketchup
- ***45ml:*** molho inglês (Worcestershire)
- ***20g:*** mel
- ***15ml:*** molho de soja
- ***12g:*** açúcar
- ***2,5g:*** fécula de batata (15-20ml água fria)

MODO DE PREPARO:

KATSUSANDO

1. Faça cortes na parte da gordura da carne (se for o cachaço)
2. Tempere com sal e pimenta ao gosto
3. Misture a farinha de trigo e a fécula de batata, e peneire em um bowl
4. Em um bowl bata o ovo até ficar homogêneo, mas sem espuma
5. Retire a parte rígida da couve coração, e corte-a em tiras bem finas
6. Leve a manteiga para o microondas e derreta
7. Aqueça a frigideira e quando estiver bem quente passe a manteiga no pão e doure apenas um lado
8. Aqueça o óleo até 170C
9. Passe o bife na farinha tire o excesso, passe no ovo batido e depois na farinha panko e pressione bem
10. Leve para fritar até dourar, cerca de 2 a 3min
11. Retire o bife panado e deixe escorrer em peneira ou papal toalha
12. Com o pão já dourado, coloque uma parte da couve coração, o molho, o bife e repita e feche o sanduiche
13. Corte em 4 partes e sirva-se

MOLHO

1. Misture todos os ingredientes e mexa até dissolver o açúcar e ficar homogêneo.
2. Em seguida dissolva a fécula de batata na água fria e misture ao molho até engrossar em fogo médio/alto