

SUSHI E CHAMPANHE

José Osvaldo do Amarante*

O *sushi*, cuja origem é bastante remota, é sem dúvida a mais famosa iguaria da culinária japonesa. Após a Segunda Guerra Mundial, a influência econômica e cultural desse país vem cada vez mais se fazendo presente no mundo. Ela é ainda mais forte no Brasil devido à presença de uma grande colônia de ascendência nipônica, o que vem fazendo com que cada vez mais seu consenso venha conquistando adeptos entre os brasileiros de outras origens.

Mas, afinal, qual a fórmula deste prato, que é de simples preparo e ao mesmo tempo extremamente sofisticado? Ele é constituído à base de arroz temperado, misturado com determinados ingredientes principais (peixes, crustáceos, mariscos, ovas de peixe, legumes, ovos, etc.), enrolados ou não em folhas de algas e temperados com *wasabi*, um preparado de raiz-forte. É um alimento ideal, pois combina alto teor nutritivo com baixo teor de calorias, além de ser muito saboroso.

O arroz (*shari*) indicado nesta receita é aquele longo e polido tipo 1, que após o cozimento torna-se macio e meio grudento. Em seguida, ele é temperado com uma mistura de vinagre de arroz, um pouco de açúcar e sal, ficando ligeiramente ácido. Os entendidos japoneses preferem *sushis* que sejam elaborados com menores porções de arroz, de forma a realçar os demais ingredientes, além de reduzir as calorias ingeridas.

Quando de peixes, estes são cortados com facas afiadíssimas, no sentido das fibras musculares. Naqueles peixes cortados transversalmente, as fibras têm a tendência a se despedaçarem, além de terem seu sabor alterado.

As folhas de algas (*nori*), que às vezes entram na composição do prato, são

secas, prensadas e tostadas, tornando-se levemente crocantes e com um gosto quase neutro. São, contudo, de baixas calorias e possuem altos teores de iodo e de vitamina A.

O *wasabi* é uma pasta de raiz-forte de cor verde-clara. Ela é espalhada no arroz, com o dedo indicador, de forma moderada, apenas para realçar os sabores. Quando excessivamente presente, torna o *sushi* muito picante. Tem também a função de proteger o organismo de eventuais problemas que determinadas bactérias existentes nos frutos do mar crus poderiam transmitir.

Para acompanhar o *sushi*, é servido o *gari*, que são lâminas transparentes de gengibre em conserva. Seu gosto adocicado tem a função de limpar o paladar, permitindo degustar a próxima unidade sem que haja superposição de gostos.

Os japoneses recomendam que os *sushis* sejam consumidos obedecendo à seguinte ordem: inicialmente os peixes gordurosos, seguidos de crustáceos, mariscos e peixes brancos, finalizando com os enrolados em algas (*makis*).

Antes de comidos, eles devem ser mergulhados numa tigelinha (*nozoki*) contendo *shoyu*, ou seja, molho de soja fermentada. No Japão, esta operação é feita com a própria mão. Eu particularmente prefiro seguir a maneira brasileira, usando o par de pauzinhos (*hashi*), por julgar mais confortável e elegante. Porém, qualquer que seja a forma empregada, a parte do peixe é a que deve ser levada ao molho, e não a parte do arroz, para evitar que o bolinho se desmanche.

O ideal, sempre que possível, é sentar-se no balcão, para poder admirar o trabalho de artesanato do *sushiman*. Este, a exemplo dos chefes de cozinha dos melhores restaurantes ocidentais, é geralmente o próprio dono do estabelecimento. Vale a pena ver o *show* que são as operações de corte dos ingredientes e de montagem dos bolinhos.

A beleza na apresentação dos pratos é inclusive uma rígida exigência nipônica.

Os japoneses possuem uma regra na modelagem de cada *sushi*, que é a de executá-la no menor espaço de tempo possível, de forma a que o calor transmitido pelo contato manual seja mínimo, para não alterar o sabor do peixe e do arroz.

O *sushi* é sem dúvida um prato relativamente caro, pois é elaborado artesanalmente, unidade por unidade.

Tipos de *sushis*

Existe uma grande variedade de estilos de *sushi*, sendo os seguintes os mais importantes:

Niguri: são bolinhos de arroz enformados à mão que recebem uma pincelada de *wasabi* e diversas coberturas, como:

— Coberturas de peixe

Maguro (atum): gorduroso e macio, quase derrete na boca, sendo o mais fácil para o gosto ocidental,

Toro (atum gordo): ainda mais gorduroso, de uma parte próxima à barriga, bastante apreciado no Japão.

Saque (salmão): gorduroso e extremamente delicado, com um final de nozes, sendo um dos meus prediletos.

Buri (olho-de-boi): mais gorduroso e mais firme que o atum, um dos preferidos dos japoneses.

Suzuki (robalo): assim como aqueles outros de carne branca, possui uma textura mais firme.

Hirami (linguado): peixe branco muito delicado.

Tai (pargo): peixe branco consumido com a pele sem escamas e ligeiramente aferventado.

Katsuo (bonito): sabor marcante.

Umagui (enguia): sabor pronunciado.

* Engenheiro-Químico, membro do Conselho da SBAV e autor de dois livros sobre vinho, São Paulo.

SUSHI



Anago (enguia-do-mar): idem.
Saba (cavalinha): pouco empregado no Brasil.

Bora (tainha): idem.

— Coberturas de crustáceos e mariscos

Ebi (camarão): meio cozido.

Ama-Ebi (camarão cru): molho suave e cintado com alga.

Kami (caranguejo): as patas são mais apreciadas.

Ika (lula): meio cozida.

Tako (polvo): meio cozido.

Hotategai (vieira): meio cozida.

— Outras coberturas

Komotikombu (ova de arenque): cintada com alga.

Kazunoko (ova seca de arenque): cintada com alga.

Tamago (omelete): com sabor levemente adocicado e geralmente cintado com alga.

Maki: dentre os enrolados com alga, encontram-se:

— Maki: são rolinhos moldados por uma pequena esteira de bambu, após

o arroz ser envolvido pela folha de alga. Nestes, de fora para dentro, temos as seguintes camadas: inicialmente a alga, depois o arroz, em seguida o *wasabi* e finalmente, no centro, os recheios, que podem ser:

Kappa-aki (pepino): por ser muito digestivo, o japonês o come por último.

Shinco-aki (nabo): pedaço de nabo em conserva.

Tekka-aki (atum): um dos mais pedidos e o mais recomendado para o iniciante em peixe cru.

Futo-aki: com diversos recheios juntos (normalmente omelete, legumes e frutos do mar) e bem maior que os anteriores.

— Uramaki: são também rolinhos que, ao contrário dos *makis* tradicionais, possuem na parte externa a camada de arroz, salpicado de grãos torrados de gergelim, no meio a folha de alga e no centro o recheio, que pode ser variado.

— Temaki: canudos de alga enfiados à mão, com o arroz ficando na camada do meio e diversos recheios no centro: camarão e pepino, caranguejo

e pepino, ovas de peixe-voador, ovas de salmão, etc.

— Especiais: cilindros envoltos lateralmente em algas. Na parte inferior é colocado o arroz e na parte superior o ingrediente principal, que pode ser:

Tobiko (ovas de peixe-voador): de paladar delicado, e um dos meus prediletos.

Ikura (ovas de salmão): muito rico em proteínas, assim como o anterior.

Uni (ouriço-do-mar): com acentuado sabor de iodo, de difícil agrado para os não iniciados.

Outros tipos

— Oshi: neste o arroz é recoberto com algum ingrediente, sendo em seguida prensado num pequeno recipiente de madeira. No final, são cortados no formato de pequenos paralelepípedos. Meu preferido é o de enguia defumada (anago), que é comido com um molho de soja escuro e adocicado despejado em cima.

— Chakin: prepara-se um recheio com fatias de peixe, legumes pré-cozidos e temperados e cogumelos japoneses misturados com o arroz. Depois, embrulha-se o todo num fino omelete.

Champanhe

Tradicionalmente os japoneses acompanham o *sushi* com saquê (quente ou frio), cerveja ou chá verde quente.

Saquê é um vinho de arroz, que eu aprecio pouco quando gelado. Porém, quando quente, me parece ser o melhor acompanhamento para o *sushi*, durante o inverno.

No verão e nas meias estações, eu prefiro bem mais um bom champanhe. Inclusive, já venho fazendo esta recomendação nos meus cursos, há já algum tempo.

À primeira vista, pode parecer que não se combinam, tendo em vista a presença de vinagre na sua preparação, além do efeito picante do *wasabi*.

Contudo, o champanhe possui acidez, sobretudo devido à presença de gás carbônico, o que contrabalança a ação do *wasabi*. Por outro lado, o champanhe tem também características refrescantes, e limpa o paladar, sendo desta forma perfeito para acompanhar o *sushi*.

Além disso, o recomendado é que haja equilíbrio entre o alimento e a bebida. O *sushi* é um prato extremamente delicado que se harmoniza bem com a fineza do champanhe.

O champanhe ideal para acompanhar *sushi* é o do tipo *brut*, isto é, bem seco. Ele deve também ser leve, no caso dos franceses, do tipo *blanc de blancs*, ou seja, aquele produzido exclusivamente com uvas Chardonnay. O tipo tradicional em Champagne é elaborado com uma mistura de uvas tintas Pinot Noir e Pinot Meunier e uva branca Chardonnay, sendo ligeiramente mais encorpado que os *blanc de blancs*.

No Brasil, a quase totalidade dos nossos champanhes são mais leves, sendo produzidos praticamente apenas com uvas brancas. Os melhores disponíveis atualmente no mercado são: M. Chandon, Maison Forestier, De Greville rótulo preto, Conde de Foucauld e Lejon.

Finalmente, existe mais um motivo para unir este par. O *sushi* é um prato de gala no Japão, sendo servido em recepções ou banquetes. O champanhe, por ser uma bebida relativamente cara, é também recomendado preferencialmente para grandes ocasiões. 