

Sushi, Sashimi và giun Anisakis: Món ăn Sushi

Tác Giả: Nguyễn Thành Chánh, DMV
Thứ Bảy, 10 Tháng 1 Năm 2009 13:39

Sushi và Sashimi là hai món ăn rất nổi tiếng của Nhật Bản.

Sushi được làm từ gạo dẻo (sushi rice) nấu thành cơm, trộn tí mè trắng, dấm vô màu chút giấm awaze-zu. Trộn đều, rồi cơm thành một lớp mỏng trên tờ tảo khô nori (roasted seaweed) trải trên một tấm vải tre, cho vài lát cá sống vào giữa, cuộn tròn tấm vải rồi, sau đó cắt thành khoanh, xếp lên đĩa hình chữ nhật, cho vài lát gừng ngâm giấm gari (sliced ginger) bên cạnh.

Thật là xong!

Thay vì dùng cá, người ta cũng có thể dùng thịt gà omelet, trái kiwi, dưa leo, avocado, xoài chín hoặc tofu. Đây là sushi chay.

Sashimi, thì gồm toàn là những lát cá sống mà thôi. Cắt lát nhỏ dĩa một tí, xếp lên đĩa, cho một tí gừng chua bên cạnh. Khi ăn, sushi và sashimi được chấm vào nước tương Nhật shoyu có trộn một tí wasabi hay moutarde xanh cay xé lưỡi nếu thích. Muốn đúng điệu thì phải dùng rượu saké hâm nóng và uống trong nhào, uống bằng chung nhỏ nhỏ. Thêm nữa!

Đặc biệt sushi, loại cá sống dùng phải được quan tâm rất kỹ. Nói chung, thì không sống dùng cá nước ngọt được vì nguy cơ nhiễm khuẩn và nhiễm giun sán quá cao.

Cá làm sushi là cá biển, mà phải thuộc nhóm thượng đẳng (high grade) mới tốt. Thường là cá red Tuna, Mackerel, Salmon, Red snapper, Sea bass, mực biển, bạch tuộc (octopus), mực ống (squid), bào ngư (abalone), cua, scallops...

Itadakimasu !! Bon Appétit !!

COI CHỜNG GIUN ANISAKIS

Sushi, Sashimi và giun Anisakis: Món ăn Sushi

Tác Giả: Nguyễn Thành Chánh, DMV
Thứ Bảy, 10 Tháng 1 Năm 2009 13:39

Ngái Nhật hä rät quan tâm đän các khâu chuän bä và chä biän sushi.

Đây là cä mät nghä thuät mä thäc cäa xä Phù tang. Chä yäu là dùng cá säng cho nên vän đä vä sinh an toàn thäc phẩm cũng nhä viäc kiäm soát ký sinh trùng rät đä là täi cän thiät.

Cá täi loäi tät nhät đä cä thu mua tä sáng säm ngay täi chä cá, trä länh, đäm vä nhà hàng cät xä thành lát mäng (filet), kiäm soát cän thän coi có giun không, sau đó đä cä cät giä trong tä länh. Täi các nhà máy länh chuyên sän xuät cá làm sushi, ngä i ta áp däng kä thuät räi đèn (candling) đä tìm giun anisakis trong cá. Tät cä các lát cá đäu đä cä trä i mäng trên mät mät kính bên däi có đèn räi ngä cä trä lên. Nhäng lát nào có giun đäu bä loäi ra ngoài hät. Sau đó cá đä cä làm đông länh qua phäng pháp flash freezing, có nghĩa là làm đông länh rät nhanh đä mät nhiät đä thät thäp đä häng vä cá không bä mät đi nhiäu.

Truäng häp ăn cá säng nhiäm giun anisakis simplex (herring worm), thäc khách có thä bä ngäa đä cä häng khiän hä phäi hoä khät giun ra ngoài. Näu bä nuät vào bäng, giun anisakis sä bám vào ruät hoäc chui sâu vào läp cä cäa thành ruät, gây nên nhäng cän đau bäng và nôn mäa đä däi. Giun cũng có thä xuyên thäng qua ruät và lät vào xoang bäng gây nên viêm màng bäng rät nguy hiäm, tuy nhiên ca này rät hiäm thäy xäy ra.

Bình thäng, sau 3 tuän lä thì giun sä bä loäi ra ngoài, hoäc nó tä häy đi.

Khoa häc gäi bänh nhäm giun này là Anisakiasis.

Sängä i bä nhiäm giun anisakis täi Bäc Mä vän còn đä mäc đä rät thäp không đáng kä.

Nhät Bän và Hòa Lan có tä sängä i bä nhiäm cao nhät. Träc tình hình phát triän quá nhanh cäa các sushi bars khäp näi trên thä giäi, ngä i ta sä bänh anisakiasis sä còn gia tăng thêm hän näa!

Sushi, Sashimi và giun Anisakis: Món ăn Sushi

Tác Giả: Nguyản Thảng Chánh,DMV
Thứ Bảy, 10 Tháng 1 Năm 2009 13:39

Montreal, Jan 09, 2009