



Nacionalne gastronomije

Osnovne karakteristike
Gastronomije Japana



Nastavnik:

dr Nikola Vuksanović, docent

1



Japanese cuisine

Traditional Japanese cuisine is based around the freshest of ingredients prepared with care and a minimum of seasonings so as to let the natural flavors of the food shine through. This food is then artistically presented and eaten, typically in a communal setting, with enjoyment and reverence.



2



PITANJA

1. Koje su karakteristične namirnice u Japanu?
2. Koji dodaci i začini se koriste u pripremi jela u japanskoj kuhinji?
3. Koja su karakteristična jela u Japanu?
4. Šta je to sašimi?
5. Šta je to suši i koje vrste postoje?
6. Po čemu je karakteristična fugu riba?
7. Kakve navike u ishrani imaju Japanci?
8. Šta je to danbur?
9. Koji deserti se pripremaju u japanskoj kuhinji?
10. Koje vrste pića su karakteristična za Japan?

3

1. Koje su karakteristične namirnice u Japanu?



PIRINAČ	POVRĆE	RIBA
Hakumai – beli Genmai – braon Moki pirinač dr. proizvodi: - vino, - sirće, - brašno, - mekinje.	Alge, rotkvice, bambus, kineski kupus, azijska bela rotkvica (daikon), lotosov koren, koren čička (gaobo), slatki krompir (satsumaimo), gorka dinja (goya), spanać, patlidžan, pečurke (šitai, maitake, bunašimej, enoki), itd.	Sve vrste riba i plodova mora, uključujući meduze, morski krastavac, itd. 
TESTENINA		
Soba - heljda	Udon pšenica	Pirinčana – brašno pirinča
		
	Ramen	Staklasta – pasulj
		

4

2. Koji dodaci i začini se koriste u pripremi jela u japanskoj kuhinji?



Miso pasta – soja uz dodatak žitarica



Soja sos



Furikake (riba, susam, ruzmarin, soja, morske trave, so i šećer)



Sansho - Japanski biber



Japanski ren ili Vasabi pasta



Nori alge – proizvodnja od jestivih crvenih algi



Mitsuba (divlji peršun)

5

3. Koja su karakteristična jela u Japanu?

- **Sašimi** - jela od riba i morskih plodova pripremljenih od **sirovog mesa**,
- **Suši** - zalogaji od pirinča sa sirćetom i svežom ribom,
- **Riba na žaru**,
- **Tempura**, prženi morski plodovi i povrće.



6

4. Šta je to sašimi?



- ✓ Kulinarski specijalitet od sveže i sirove ribe,
- ✓ Najčešće iseckane na tanke komadiće,
- ✓ *Saši* (probušeno ili nabodeno) i *-mi* (telo ili meso),
- ✓ Najukusniji sašimi je od lososa i lignji, tuna, škampi, hobotnica, itd.



7

5. Šta je to suši i koje vrste postoje?



chirashi sushi
(čiraši sušu) –
pirinac, sirova riba i
povrće.



**inari sushi (Inari
suši)** –
Tofu pohovane
vrćice sa
pirinčem.



Maki suši
(rolovani suči) –
roluje u morske
alge ili tanak sloj
povrće.

8

6. Po čemu je karakteristična fugu riba?



- Fugu (河豚 ili 鮫; フグ? u bukvalnom prevodu: „rečna svinja“);
- otrov Tetrodotoksin,
- priprema kontrolisana Zakonom,
- servira se u obliku Sašimija ili Čirinabea,
- jetra je najukusnija.



9

7. Kakve navike u ishrani imaju Japanci?



DORUČAK	RUČAK	VEČERA
     	<p>DONBURI</p>  	     
Pirinač, sirova jaja, gril riba, miso supa i zeleni čaj.	Donburi – činija pirinča i mesa sa turšijom.	Pirinač, gril riba, miso supa, turšija, dinstano povrće i sveže voće kao desert.

10

8. Šta je to danbur?



Kaisendon – dodatak riba i morski plodovi



Katsudon – dodatak svinjsko meso

Donburi „velika činija pirinča“ tj jelo do pirinča sa prelivom (sve što je ostalo od prethodnog obroka)



Unadon – dodatak gril jegulja

11

9. Koji deserti se pripremaju u japanskoj kuhinji?



www.shutterstock.com - 73237873



www.MyPersianKitchen.com

Wagashi (čajni slatkiš) –
tradicionalni japanski desert od
mochi pirinča
- **pasta od** šećera, crveni azuki
pasulj, beli pasulje, slatki
krompir, kestenje i grašak
sećerac

12

10. Koje vrste pića su karakteristična za Japan?



Domaći zeleni čaj iz Kine



Kafa



Fermentisana mlečna pića - jogurt



Sake – vino do proizvoda pirinča i „koji-ja“ (plesan koja se koristi da skrob u pirinču pretvori u šećere koji se mogu fermentisati)

13



Hvala na pažnji!!!

Nastavnik:

dr Nikola Vuksanović, docent



14