

Hung Fai Chiu Chi



cocina
ORIENTAL

OBERON



SOBRE
el autor

Permitidme ser educado y que me presente antes de entrar en materia. Mi nombre es Hung Fai, se escribe con "H,u", pero se pronuncia "J,o", así que sonaría más o menos "Jon Fai". No recuerdo muy bien donde leí una vez, que no importa qué digan de mí, si bueno o malo, mientras pronuncien bien mi nombre. Nací en Hong Kong, la ciudad de los edificios altos y los carteles luminosos, hace ya casi 40 años. Provengo de una larga tradición de cocineros. El más famoso fue mi Abuelo, que ya salía en la tele, cuando solo había un canal en blanco y negro. Trabajó en los mejores restaurantes de Hong Kong y pasó 4 años de su vida en Japón, no solo aprendiendo sino también enseñando este apasionante oficio. Es alguien a quien respeto y admiro no solo en la cocina, sino en todos los aspectos de la vida.

Pero a quien realmente he de agradecer esta profesión tan bonita, es a mi tío Yonnie. No penséis por el nombre que es británico (por aquello de la colonia), es un chino de postín que me daba capones como nadie más ha sabido hacer jamás. Metió en mis venas la salsa de soja, el aceite de sésamo y algún que otro moratón. Me enseñó a afilar mis cuchillos y gastó una fortuna en tiritas y mercromina explicándome cómo tenía que utilizar ese instrumento tan necesario para nosotros.

Me crié literalmente entre fogones y aprendí a valorar y amar una profesión que toda mi familia llevaba en la sangre. Las cosas solo se pueden hacer de dos maneras: bien o mejor, así que no me quedó más remedio que estudiar mucho y trabajar más aún para poder disfrutar del arte de la cocina y sobre todo para transmitir en cada plato todo el cariño que tanto los ingredientes como los comensales se merecen.



Siendo niño, mi familia se trasladó a España, donde continué mi formación académica y amplí mis conocimientos gastronómicos gracias a la riqueza y variedad que me ofrecía mi nuevo país adoptivo.

Como soy un gran admirador y estudioso de la cocina española (en mi casa nunca falta un buen plato de cuchara, que no todo van a ser palillos), me hice catador de vinos y cinturón negro en “corte de jamón”.

He ayudado a crear y he trabajado en muchos restaurantes Japoneses. Suntory, el Grupo Tao, el Gran Casino de Sevilla, Asians, Kirin, Xian...

Pero además de la cocina tengo otra gran pasión: enseñar.

Gracias al trato continuado con los clientes de los locales en que trabajé, observé que estaban tan interesados en las curiosidades culturales de la gastronomía Japonesa, como en desenvolverse con los palillos sin salpicar mucho a su acompañante. Y a mí, que para hacerme hablar no hace falta empujarme mucho, me faltaba tiempo para explicar cómo diferenciar un buen “Toro” o la temperatura idónea del aceite (de oliva por supuesto) para hacer un buen “Tataki”. Esta fiebre didáctica compulsiva fue provocando un aumento del tiempo de permanencia de los comensales en el local y de mi dedicación a cada mesa. Como en la vida todo es equilibrio, la rentabilidad del negocio disminuía en la misma proporción, y mis jefes consideraron que usar toda mi sabiduría en detrimento de “doblar” las mesas era un desperdicio. Así pues, y como sabiamente decían “Les Luthiers”, optaron por deshacerse de los desperdicios (Perdón por la licencia. ¡Siempre deseé usar esta frase de los maestros argentinos! La verdad es que todos mis jefes siempre han valorado mucho mi dedicación y nunca he tenido problemas en mis trabajos).

Por todo esto, en los últimos años he compaginado mi trabajo entre los cacharros con cursos, seminarios y distintos actos de divulgación: Salón del Gourmet, ARCO, Escuela de Hostelería de Sevilla (Taberna del Alabardero), Escuela Telva de Cocina y muchos más. Cocinar delante de la gente y descubrir los miles de pequeños truquitos que convierten la cocina en un lugar mágico y divertido es lo que más disfruto.

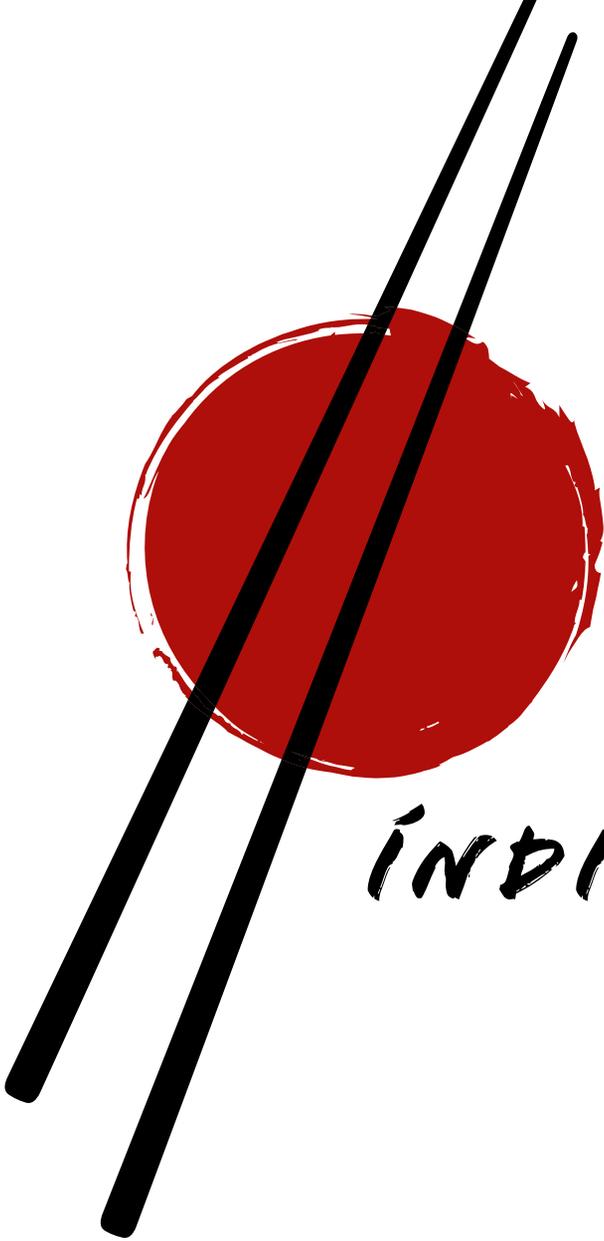
Para rematar la faena, me liaron para hacer un programa de cocina en televisión y nació “Oriental y Tal” (Canal Cocina). Este proyecto pretendía desmitificar y acercar al mayor número posible de seguidores la elaboración de los platos habituales de la cocina Oriental, y por la aceptación que tiene el programa, creo que lo conseguimos.

Y a pesar de que mis ojitos almendrados me dirigen casi siempre a proyectos sobre temática Oriental, me embarqué en otro proyecto bien distinto: “La Cocina de Yo Dona” (para VEO Televisión). Un amplio recetario de cocina española y de fusión para demostrar que no solo de Sushi vive Hung Fai (Jonfai).

Acabo de volver de Hong Kong, necesito ir con frecuencia para recordar mis orígenes y seguir ampliando mis conocimientos, y os recomiendo que hagáis lo mismo siempre que podáis: viajad, probad, preguntad, aprended...

Un cariñoso saludo.





INDICE

PREFACIO • 12

PRÓLOGO • 14

INTRODUCCIÓN • 18

CONCEPTOS GENERALES • 20

ANTES DE EMPEZAR a cocinar • 34

UN POCO de japonés básico • 38

EL MAKISU y la madre que lo trajo • 63

LOS ENTRANTES, tapas y aperitivos • 99

LAS TEMPERATURAS de la Tempura • 125

TEPPANYAKI... que no todo está crudo • 133

PASAMOS al puchero • 155

SOPA DE MISO, y más • 173

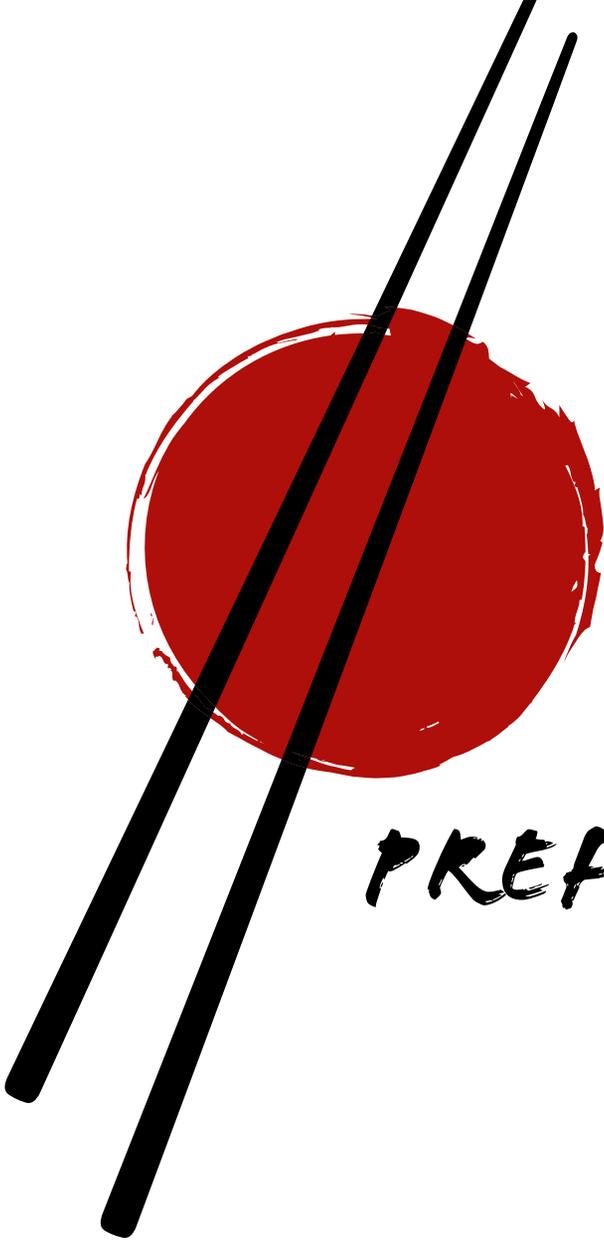
REBOZADOS y demás fritos • 187

TORTAS, tortitas y tortillas • 199

DE OTRAS PARTES de Oriente • 211

POSTRES • 239

FINAL • 246



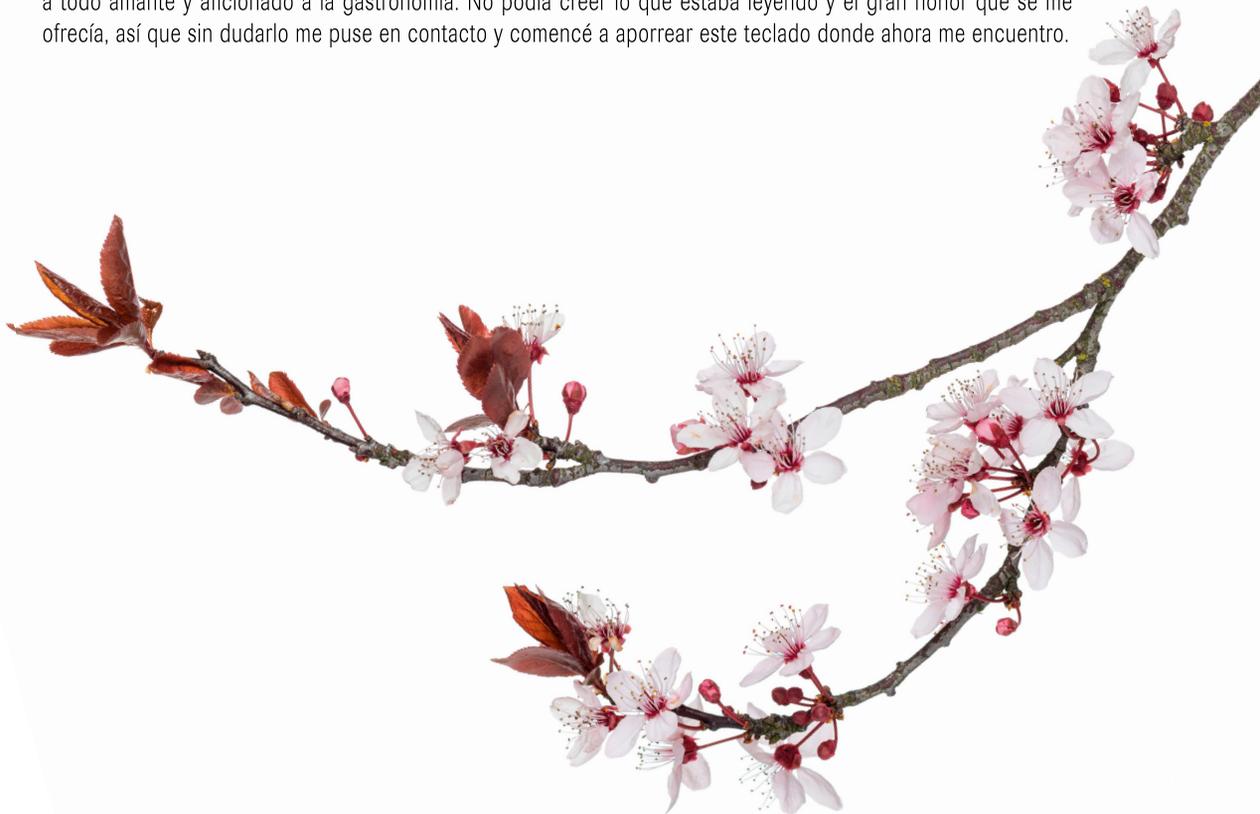
PREFACIO

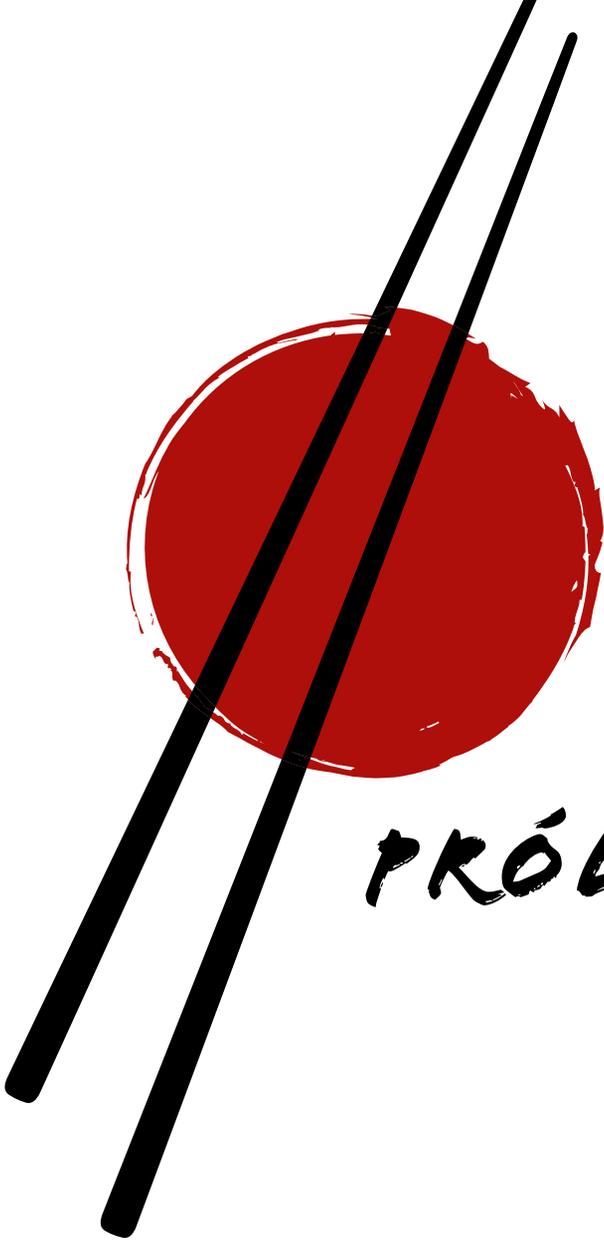
Hace algún tiempo, mientras se celebraba una cena informal en mi casa de Sevilla, un querido amigo, y gran cocinero preparaba su libro de recetas. Aún no tenía un buen título para el mismo. Hablábamos de la importancia de los sentidos dentro de este apasionante mundo, de cómo influyen todos a la hora de degustar un buen plato. Por supuesto estaba presente el gusto, el olfato, el tacto, no menos importante el oído, y por encima de todos ellos la vista. Al final de aquella interesante conversación y a la gran anécdota que nos contó nuestra profesora preferida, decidió titular aquel libro como “Pupilas Gustativas”.

Una de las cosas que he aprendido a lo largo de estos años es la constante búsqueda y estudio de productos y técnicas, sobre todo por el tipo de cocina en el que me estoy especializando. La disposición de la comida de forma atractiva en el plato es una de las tareas en las que, como cocinero, debo esforzarme. Por muy increíble que sea la receta y que pueda emplear los productos más excelentes, el resultado final se verá empobrecido si lo comes en la oscuridad o está mal presentado. Por otro lado, si no sabes lo que comes, es muy posible que sientas cierta aprensión por lo que vas a llevarte a la boca. Pero si por el contrario, los ingredientes son buenos, la elaboración correcta, y la disposición de ellos bonita y compensada, el sentimiento se expande, el apetito se eleva y cuando llega el turno del gusto descubriremos que satisface nuestras expectativas.

Así que os sugiero que nunca dejéis de poner eso en práctica, estoy seguro de que incluso unas buenas lentejas pueden ganar mucho si le ponemos una pizca de cariño al servir las en el plato.

Recientemente estaba en Hong Kong; me gusta volver de vez en cuando a mis raíces y, sobre todo, visitar a la parte de mi familia que vive allí. Estaba sentado en el sofá de la casa de mi tía Lina mirando una de esas cosas de las nuevas tecnologías de las redes sociales cuando, para mi sorpresa, leo un mensaje de Susana Krahe. En él me preguntaba si estaría interesado en un proyecto que su editorial perseguía desde hacía algún tiempo para deleitar a todo amante y aficionado a la gastronomía. No podía creer lo que estaba leyendo y el gran honor que se me ofrecía, así que sin dudarlo me puse en contacto y comencé a aporrear este teclado donde ahora me encuentro.





PRÓLOGO

Hace muchos años y de una manera fortuita (que es como te suelen llegar en la vida los mejores regalos), me fui a comer a un restaurante japonés recién estrenado. En la publicidad leí que tenían mesa de Teppanyaki, y yo, que soy simple por naturaleza, no me pude resistir a probarlo. Siempre me gustó este ritual gastronómico por la fascinación que ejercía sobre mí la destreza del chef a la hora de preparar y trocear los ingredientes, cocinarlos delante de tus ojos entre llamaradas y servirlos con la precisión de un crupier que reparte las cartas.

Las mesas de Teppanyaki tienen el interés adicional de que sueles compartirlas con otros comensales desconocidos. Aquel día quizás éramos diez o doce.

Yo había probado algunos de estos locales tanto en España como en otros países, y siempre guardé un buen recuerdo de esas veladas, pero aquel día, en aquella mesa, había algo distinto. Había un ingrediente nuevo para mí. Un ingrediente que tardé algún tiempo en identificar.

El chef que se presentó educadamente a los presentes era un oriental bastante joven que hablaba un castellano perfecto (y esto ya era una novedad para mí). No solo hablaba bien, sino que ¡¡¡no paraba de hablar!!! Y lo mejor es que todo lo que decía era muy interesante. Describía cada pieza del menú con una riqueza visual muy notable. Nos explicaba que tipo de atún era, cómo había sido cortado, dónde fue capturado... Todos sus actos iban acompañados de una explicación muy didáctica que invitaba a los comensales a abrir un diálogo con él. No había pregunta sin respuesta. Noté que cuanto más se animaba la mesa, nuestro anfitrión se sentía más y más cómodo. La parte circense del acto no se vio afectada; los ingredientes volaban de un lado a otro de la mesa, ascendían al aire enteros y caían sobre la plancha troceados perfectamente. Bailaban ordenadamente al ritmo de los cuchillos y paletas de nuestro mago.

Aquello me pareció suficiente como para abstraerme un poco de la comida y observar detenidamente al resto de los asistentes (ya sé que es de muy mala educación, pero estaban todos tan absortos que dudo mucho que se dieran cuenta). A pesar de que todos éramos adultos, había caras de niño en cada uno de ellos. Ojos y boca muy abiertos, siguiendo hipnóticamente los movimientos del cocinero, y con ese gesto de impaciencia típico del que espera su turno para poder hacer una pregunta.

Creo que ese día, ninguno se quejó amargamente al recibir la cuenta.

De mí ya sabéis que soy: simple, maleducado y curioso, pero también soy bastante obstinado. Aquel episodio me empujaba a repetir la experiencia para comprobar si todo fue fruto del azar, había alucinógenos en la comida o realmente este chinito tenía el raro don de la "comunicación". Y por ahorrar líneas os diré que tantas veces como repetí la experiencia, se repitió la magia (y las autoridades sanitarias y de consumo dieron fe de la frescura de todo lo consumido en aquel local).

Maleducado, simple, curioso, obstinado y... un poco tímido, tardé unas semanas en presentarme a Hung Fai. Le comenté mis impresiones y le sugerí que intentara transmitir a través de un programa en televisión los secretos de la cocina oriental. A él, mi idea le pareció lo suficientemente idiota como para intentarlo. Confieso que hice trampa (también soy tramposo). Usé todas las técnicas que él usaba para captar la atención con sus comensales para convencerle. Seguro que hay algún proverbio chino sobre el cazador cazado o similar.

De este modo tan sencillo surgió una buena amistad y juntos iniciamos ese larguísimo viaje lleno de dificultades y tropiezos que te lleva desde la ilusión a la realidad.

No estamos en la sociedad idónea para llevar a cabo los proyectos por su valía en sí mismos, hacen falta algunos ingredientes más y grandes dosis de trabajo, ilusión y paciencia. Y cuando ya estábamos a punto de tirar la toalla, surgió la oportunidad de producir una larga serie de programas, sobre los secretos de la cocina oriental que aún siguen reponiéndose año tras año.

A lo largo de todo este tiempo he ido descubriendo parte del secreto de Hung Fai. Os comentaba al principio que en aquella comida de mi primer contacto con Hung Fai había un ingrediente nuevo para mí, uno que no supe identificar. Ahí estaba su famoso “kokoro”; el corazón o pasión que él siempre recomienda poner en cada acto en la cocina. El muy truhan no lo usa solo entre los fogones. La pasión que Hung Fai despliega en todos y cada uno de sus actos, retos, ilusiones y proyectos es lo que le convierte no solo en un excepcional Cocinero y excelente Maestro. El último descendiente de la dinastía Chiu es una persona noble, generosa e irrepetible.

Y ahora, como hago siempre, le dejo a él lo más difícil. Conseguir que paséis un buen rato con la lectura de este libro en el que nos enseñará historias, anécdotas, trucos y recetas para convertirnos en unos fantásticos ¡Sushi Masters!

Chema Blanco
Diseñador, productor y amigo.



INGREDIENTES para 4 personas

- 400 gr de sushi-meshi
- 1 aguacate maduro
- 1 mango maduro
- 200 gr de lomo de salmón limpio sin piel, ni espinas
- 2 láminas de alga nori (cortadas por la mitad)
- 1 pepino
- 4 cucharadas de mahonesa japonesa
- 4 cucharadas de cebolla frita
- 4 cucharadas de salsa de jengibre marinado
- Salsa de soja (al gusto)
- Wasabi (al gusto)

URAMAKI RAINBOW

Otra versión del uramaki, donde combinamos varios ingredientes de colores diferentes y de allí el nombre. (Emplead la técnica del uramaki dragón, pero en este caso con más ingredientes por fuera, para combinar más colores).

Como en todos los uramakis que vayamos a elaborar, previamente hay que filmar el makisu.

Cortamos el pepino sin pelar (si os gusta, a mi particularmente me encanta con piel, bien limpio eso sí) y hacemos tiras del ancho del alga nori.

A continuación, hacemos lonchas de salmón de 6 cm de largo y unos 2,5 cm de ancho. Cortamos el aguacate por la mitad, lo deshuesamos, lo pelamos y hacemos lonchas del mismo tamaño que el pescado. Hacemos lo mismo con el mango y reservamos.

Comenzamos a colocar el arroz de sushi sobre media hoja de alga nori, cubrimos en su totalidad. Ahora con la ayuda del makisu, le damos la vuelta a todo el conjunto, con lo cual la parte del arroz ahora está protegida por el film.

Colocamos en el centro una cucharada de mahonesa, una cucharada de cebolla frita, y por último, una tira de pepino.

Cerramos y envolvemos todo. A continuación, comenzamos a disponer sobre el uramaki nuestras lonchas de aguacate, mango y salmón, alternándolas unas con otras de forma diagonal, y de nuevo, con la ayuda del makisu, prensamos todo.

Ya puedes cortar este maravilloso rollo (os doy un pequeño truquito, si ahora colocáis encima de cada trocito, unas huevas de pescado o simplemente unas hojitas de alguna hierba aromática, ganara más aun en presencia) servir con salsa de soja, jengibre y mucho wasabi.



INGREDIENTES para 4 personas

- 400 gr de sushi-meshi
- 100 gr de lomo de atún
- 100 gr de lomo de salmón
- 4 langostinos grandes cocidos y sin piel
- 1 aguacate
- Unas tiras de alga nori, de 1 cm de ancho, y 6 cm de largo
- 4 cucharadas de jengibre marinado
- Salsa de soja al gusto
- Wasabi al gusto

NIGIRI-SUSHI

Para la elaboración de los nigiris, vamos a tener que ser un poco más pacientes, ya que hablamos de una técnica que durante años venimos practicando y mejorando día a día, hay que ser muy constante para llegar a ser un buen Itamae, cualquiera puede hacer sushi, pero hacerlo correctamente es otra cosa.

Lo primero que debemos hacer es, cortar el pescado en lochas de 6 cm de largo y unos 2,5 de ancho, también lo propio con el aguacate. Cortar los langostinos en forma de libro, haciéndoles una incisión en la parte dónde residen las patas y llegando hasta el lomopor dentro, pero sin separarlo del todo.

Una vez tengáis los ingredientes preparados, llenáis un bol con agua fría, recordad que el sushi-meshi se pega a las manos, así que es importante tenerlas húmedas. Procedemos a coger cantidades de arroz, a modo de croqueta (lo normal es que pesen 18 gr), y lo moldeamos en el interior de la mano, ejerciendo una presión firme, pero sin comprimir el arroz con demasiada fuerza.

Colocamos una loncha de pescado encima, presionamos un poco más para que el ingrediente se adhiera a la bola de arroz y servimos en el plato. Para el aguacate y el langostino, necesitaremos una tira de alga nori para sujetar el producto, los japoneses lo definen como obi (cinturón) lo pasamos por encima del aguacate y lo sellamos en la parte inferior de la bola de arroz.

Acompañamos con wasabi, jengibre y soja al gusto.



INGREDIENTES para 4 personas

- 400 gr de sushi-meshi
- 100 gr de lomo de atún picado en dados pequeños
- 100 gr de lomo de salmón picado en dados pequeños
- 4 langostinos grandes cocidos y sin piel. Picados en dados pequeños
- 1 aguacate
- Unas tiras de alga nori, de 3 cm de ancho y 6 cm de largo
- 4 cucharadas de mahonesa japo
- 2 cucharadas de semillas de sésamo tostada
- 4 cucharadas de jengibre marinado
- Salsa de soja al gusto
- Wasabi al gusto

GUNKAN-SUSHI

Sushi acorazado con infinidad de posibilidades, deja volar tu imaginación.

Es una receta muy similar al nigiri sushi, ya que usaremos la misma técnica del boleado de arroz, en las mismas proporciones. El termino gunkan quiere decir acorazado, y es lo que vamos a hacer con la tira de alga nori una vez que tengamos la bolita de arroz preparada.

La apoyamos en la tabla de trabajo y la envolvemos con el alga, de modo que al final obtenemos un cestito.

Ahora iremos poniendo los ingredientes, según sea nuestro gusto, dentro del alga. Yo suelo picar el aguacate, mezclarlo con los dados de salmón picados finamente, añado una pizca de mahonesa y los voy rellenando con eso. Otros más sencillos son simplemente rellenarlos con huevas de pescado.

Quedan unos nigiris preciosos y son más fáciles de comer después. Servir como siempre con soja, jengibre y wasabi al gusto. El más conocido es un gunkan de huevas de ikura (huevas de salmón).

