

Zay Orsolya

Az elgurult rizsgombóc,

avagy milyen ételt ettek a szamurájok?

94

A japán történetek rajongói között ismert lehet a jelen cikk címében is megidézett régi mese, amelyben az apóka három rizsgombócot kap a feleségétől, lényegében az összes rizst, amit otthon találtak. Miközben azonban a szomszéd faluba baktat, hogy eladja az összegyűjtött rőzséjét, elgurul az egyik gombóc és az egereknél köt ki, a föld alatti egérkirályságban. Az apóka végül mindhárom gombócát nekik adja, cserébe pedig egy csodakalapácsot kap, amely a mesei hősöknek kijáró jutalom, hiszen végül a szegény idős házaspár minden gondját megoldja.

Akit laikusként kérdeznek a japán ételekről, étkezési szokásokról, az valószínűleg leginkább a rizst vagy az abból készült ételeket fogja az elsők között felsorolni, mint a japán konyha legalapvetőbb élelmiszerét. Ebben nem is tévedne nagyot, a rizs használata ugyanis több évezredre vezethető vissza a szigetországban.

Magyarországon persze hiába ismerjük már a középkor óta a rizst, nálunk csupán e növény néhány fajtája terjedt el, bár az is igaz, hogy leggyakrabban a megvásárolt fajta nevét sem igazán tudjuk, csupán megvesszük az első „zacskós” rizst, amit a boltok polcain meglátunk. Ennek oka, hogy nálunk a legtöbbször köretként használt rizs korántsem épült be annyira nélkülözhetetlen alapanyagként a konyhánkba, mint a felkelő nap országában. A távol-keleti államokban sokkal nagyobb jelentőséget tulajdonítanak a megfelelő rizsfajta kiválasztásának is. Mivel az európai kultúra kifejezetten kenyér- és pékáruközpontú volt az elmúlt 2-3000 évben, valahogy úgy kell elképzelnünk a kelet-ázsiai népek hozzáállását a rizshez, mint ahogyan mi a jóféle kenyeret vizslatjuk a pékségben.

Manapság világszerte egyre nagyobb népszerűségnek örvend a szusi is, amelyben a különféle tengeri halak mellett persze a rizsnek is fontos

szerep jut, de most inkább egy másik emblematis japán ételt, a fenti mesében is emlegetett rizsgombócot, eredeti nevén az onigirit mutatjuk be.

Vajon milyen régi lehet ez az egyszerű, de különböző feltétekkel a végtelenségig variálható étel? Nos, a főtt rizs készítésének az első nyomai a Jajoi-korszakig (Kr. e. kb. 300 – Kr. u. 300) vezethetők vissza. A korszak több lelőhelyén is elszenesedett főtt rizs maradványaira bukkantak a régészek. Érdekes, hogy a rizst ekkoriban bambuszlevelekben főzték meg, majd ezekbe is csomagolták. Fogyasztás előtt a rizst formázták is, mivel ujjlenyomatokat is találtak a megfeketedett rizsmaradékokon. A rizsgombóc írott forrásban *tondzsiki* néven Muraszaki Sikibu udvarhölgy naplótöredékeiben jelenik meg először,



ahol az udvari piknikek során fogyasztották azt. A rizsgombóc könnyen szállítható, főleg, ha valamilyen növényi levélbe csomagolják, így a mezőgazdaságban dolgozó parasztok is könnyen magukkal tudták vinni a földekre, illetve a samurájokról is olvashatjuk, hogy hadjáratok alkalmával az ellátmányuk része volt a rizsgombóc. A ma ismert, ehető norilapba [a nori ehető tengeri fűből vagy algából készített préselt, vékony, papírszerű készítmény – a szerk.] történő onigiricsomagolás csak az Edo-korszakban, a 17. század végén jelent meg.

Az 1980-as évek folyamán gépesítették a gyártást, így a kedvelt háromszög formát mintázó gyártósorokról naponta sok ezer onigiri gurul le. Ma gyakori, hogy az előre csomagolt onigirit egy műanyag

lapocskára választja el a norilaptól. Felbontás után az onigirire simul az algalap, de előtte nem ér hozzá, így a két alapanyag

íze nem keveredik. Az onigiri nagyon sokféle ízesítéssel és feltéttel kapható, könnyen beszerezhető harapnivaló a modern Japánban is.

Onigirirecept

Hozzávalók

- A gombóchoz: 250 g rizs (kosihikari vagy kifejezetten szusihoz ajánlott rizs), 300 ml víz, fekete szezámmag, só, norilap (a csomagoláshoz)
- A formázáshoz: egy tál víz, só, a rizsgombóchoz használható műanyag vagy faforma
- A feltételhez: *umesu* [japán ecetféle – a szerk.] vagy japán majonéz és tonhal vagy füstölt lazac

Elkészítés

A rizst vízbe áztatom, majd többször is átmosom, amíg teljesen tiszta nem lesz a mosáshoz használt víz. Az átmosott rizst lecsöpögtetem, majd kb. 30 percig állni hagyom, végül 300 ml vízzel felöntöm és alacsony hőmérsékleten megfőzöm. A japánok általában rizsfőző edényt szoktak ehhez javasolni, de bármilyen nagyobb fazékban megtehetjük ezt. A lényeg, hogy a fazék fedelét lehetőleg ne emelgessük gyakran, hogy ne hűljön ki a fazék tartalma, illetve a belül kialakult pára és gőz a rizsszemeket teljesen puhává gőzölje. Kb. 13–15 perc után kész is lesz a rizs, amit tegyük félre, hogy kihűljön, és hozzá tudjunk kezdeni a formázáshoz.

Miközben hűl a rizs, elkészíthetjük a feltételeket. Nagyon sokféle ízesítést választhatunk, melyből én most három variációt mutatok meg a kedves olvasóknak. Szinte bármit felhasználhatunk, ami az ízlésünknek megfelel. Ötleteket az internet is adhat, de a rizsgombócfeltét alapját a „maradékmentés” is inspirálhatja: sokféle maradék alapanyag lehet a hűtőben a sült hústól a különféle zöldségekig, melyeket hozzáadhatunk az ebédünkhöz.

Ízesítés

Az *umesu* egy ecetféle, amit a Japánban népszerű japán kajsziból – melyet kínai szilvának is neveznek, latin nevén *Prunus mume* – készítenek. Magát a kajszit likőrként (*umesu*) is fogyaszthatjuk, sózott változatát (*umebosi*) pedig feltétként használják. Ezt az ecetet adjuk a kihűlt rizs egyharmadához, majd formázzuk meg a gombócokat. Ha elérhető számunkra, megpróbálhatjuk az *umebosit* a gombóc közepébe tölteni, s nem csak a belőle készült ecettel ízesíteni az onigirit.

A második változatnál japán majonézt és tonhalat használtam. A japán majonéből lehet tubusos változatot is kapni (Kewpie márka), de otthon is elkészíthető: 2 tojássárgáját kb. 1 dl növényi olajjal elkeverünk habverő segítségével. Főleg a szezámolajat szokták ajánlani, és kifejezetten nem ajánlják a nálunk népszerű olívaolajat. A fehér, kemény szószá vert masszához sót, egy kávéskanálnyi mustárt és egy evőkanál japán rizsecetet adagolunk. A tonhalkonzervet lecsöpögtetjük, majd a halhoz 2 kanál majonézt keverünk. Ezt töltjük a gombóc közepébe, valamint a tetejére is tehetünk belőle, hogy étkezés során meg tudjuk majd különböztetni, melyik gombóc milyen ízesítésű lett.

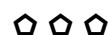
A harmadik változatnál a sózott, filézett lazacszeletet 15–20 percen át sütöm egy serpenyőben, fedő alatt, majd szálakra csipkedem villa segítségével a húst. Ezt töltöm a gombóc belsejébe, és ahogy az előző majonézes változatnál, úgy itt is teszek csipetnyi falatokat a tetejére. Én készítettem már úgy is, hogy volt itthon roston sült pisztráng, amit egy picit meglocsoltam az *umesu*-val. Remek maradékmentő megoldás lehet ez is!

Formázás

Rendkívül népszerű tevékenység manapság a gombócok formázása. Ennek vannak klasszikusabb formái, mint a háromszög, a kerek vagy az ovális. De mindenféle érdekesebb formát is találhatunk a kis virágostól kezdve a népszerű állatfiguráig. Ehhez ezernyi műanyag és faprés kapható, akár itthon is be tudunk ilyeneket szerezni. Én három kisebb gombócot készítettem így, a többiből pedig kilenc nagyobb töltött „klasszikus” háromszögletű onigiri készült, kézzel formázva. Ez a mennyiség az egész családnak elég lehet, illetve az elkészítés miatt több napig is eláll a hűtőben, és bármelyik étkezéshez fogyasztható.

Én a kézi formázáshoz a háromszög formát választottam. Az ízesítéshez három részre osztottam a 250 gramm főtt rizst, amihez hozzákevertem egy maréknyi fekete szezámot. A tenyérszerű rizsmasszát két tenyerünkbe fogva, szorosan összenyomjuk, az egyik tenyerünket egyenesen tartva, míg a másik kezfejükkel kúpot formázunk. Így egy háromszögletű „gombócot” kapunk. Ha elég erősen préseljük össze

a rizst, az onigiri megtartja a formáját, köszönhetően a ragadós rizsfajtának. De még biztosabbra mehetünk, és a szállításban is könnyebbséget jelent, ha norilapot vásárolunk a gombócunkhoz. Ezt akár ollóval is fel tudjuk vágni, majd többféleképpen tehetjük rá az onigirire: van, amikor csak az alját öleli körbe egy csík benedvesített nori, de akár az egész gombócot is betekerhetjük az algalappal, mintha csak egy batyut készítenénk.



Jó étvágyat hozzá!

