



**Cinépolis VIP**®

**SUSHI**  
**REGION ANDINA COLOMBIA**  
**RA-GR-SUSH-VIP-03**



Sushi es uno de los negocios que comprenden la marca Cinépolis VIP. En el se elaboran los siguientes productos:

#### “Maki Tempura”

Arroz blanco enrollado en una hoja de alga marina con aguacate, queso crema y camarón apanado en pasta tempura.



#### “Maki California Especial”

Arroz blanco enrollado en una hoja de alga marina con aguacate, queso crema, pepino, cangrejo y masago por fuera.



#### “Maki Salmón Ahumado”

Arroz blanco enrollado en una hoja de alga marina con pepino, alcaparras, queso crema y salmón ahumado por fuera.





Productos que se elaboran en el negocio VIP Sushi de Cinépolis:

“Maki Empanizado”

Arroz blanco enrollado en una hoja de alga marina empanizado o apanado con pan molido japonés (panko) y relleno de pepino, queso crema y camarón.



“Maki Mar y Tierra”

Arroz blanco enrollado en una hoja de alga marina empanizado o apanado con pan molido japonés (panko) y relleno aguacate, queso crema y camarón y filete de carne.



“Maki Spicy Salmón”

Arroz blanco con hoja de alga marina con pepino, queso crema, salmón ahumado, cebollín y salsa schiracha.





Productos que se elaboran en el negocio VIP Sushi de Cinépolis:

### “Maki Mango”

Arroz blanco enrollado en una hoja de alga marina con camarón, queso crema, coco y fresas.



### “Maki Vegetariano”

Arroz blanco con hoja de alga marina con lechuga, aguacate, pepino, zanahoria y cebollín.



### “Maki Plátano”

Arroz blanco enrollado en plátano maduro, con una hoja de alga marina, por fuera y queso crema por dentro.





## Productos que se elaboran en el negocio VIP Sushi de Cinépolis:

### “Yakimeshi Vegetariano”

Arroz blanco con una mezcla de calabaza, zanahoria, cebollín, pepino, aguacate, germen y salsa de soya.



### “Yakimeshi Mixto”

Arroz blanco con una mezcla de calabaza, zanahoria, cebollín, huevo, carne molida, camarón, pollo en tiras, germen y salsa de soya.



### “Nigiri de Langostinos”

Bolas de arroz con langostinos ligeramente dorados y tiras delgadas de hoja de nori.



### “Kushiague de Camarón con Queso ”

Brochetas de camarón cubiertas con queso crema y empanizadas con pan molida japonés (panko). cubiertas queso tipo doble crema, empanizadas con pan molido japonés (panko).



### “Kushiague de Langostinos ”

Brochetas de langostino con queso tipo crema, empanizadas con pan molido japonés (panko).



### “Nigiri de Salmón”

Bolas de arroz con salmón crudo y tiras delgadas de hoja de nori





**EQUIPOS**



Nevera de Refrigeración



Fabrica de Hielo



Congelador



Freidora APW



Freidora APW



Olla Arrocera



Mesa Fría



Vitrina Sushi



Mesón de Trabajo



## **EQUIPOS Y UTENSILIOS**

Estufa



Tablas para cortar de los  
colores establecidos.





Plancha



Freidora



Refrigeradores



Congeladores



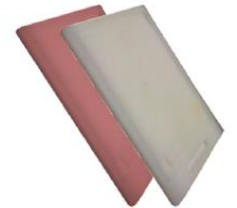
Mesa Fría



Vitrina  
Refrigerada



Mesa para  
Preparación



Tablas





Prender la plancha a 180°C (nivel medio de la perrilla).



Teflón.

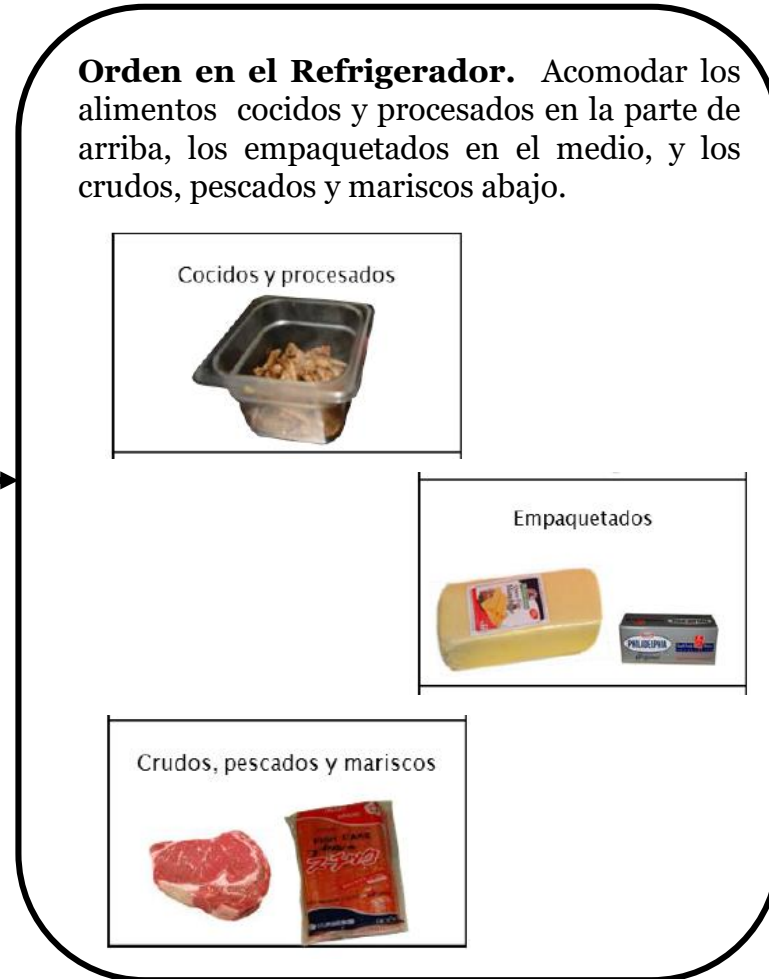
Una vez este caliente la plancha, agregar 2 onzas de aceite o 40gramos de mantequilla, y esparcir por toda la superficie con espátula o paño blanco. Después de un minuto repetir la operación hasta haber realizado esta labor 3 veces.



Encender la freidora a 150°C y una vez que se vaya a utilizar debe elevarse la temperatura a 200°C.



Colar el aceite a diario y cambiarlo cada tres días.





**Min -20°C**  
**Max -18°C**



Revisar que la temperatura se encuentre entre -18 y -20°C.  
Registrar en la bitácora.

**Orden en el Congelador.** Acomodar los alimentos cocidos y procesados en la parte de arriba, los empaquetados en el medio, y los crudos, pescados y mariscos abajo.

Cocidos y procesados

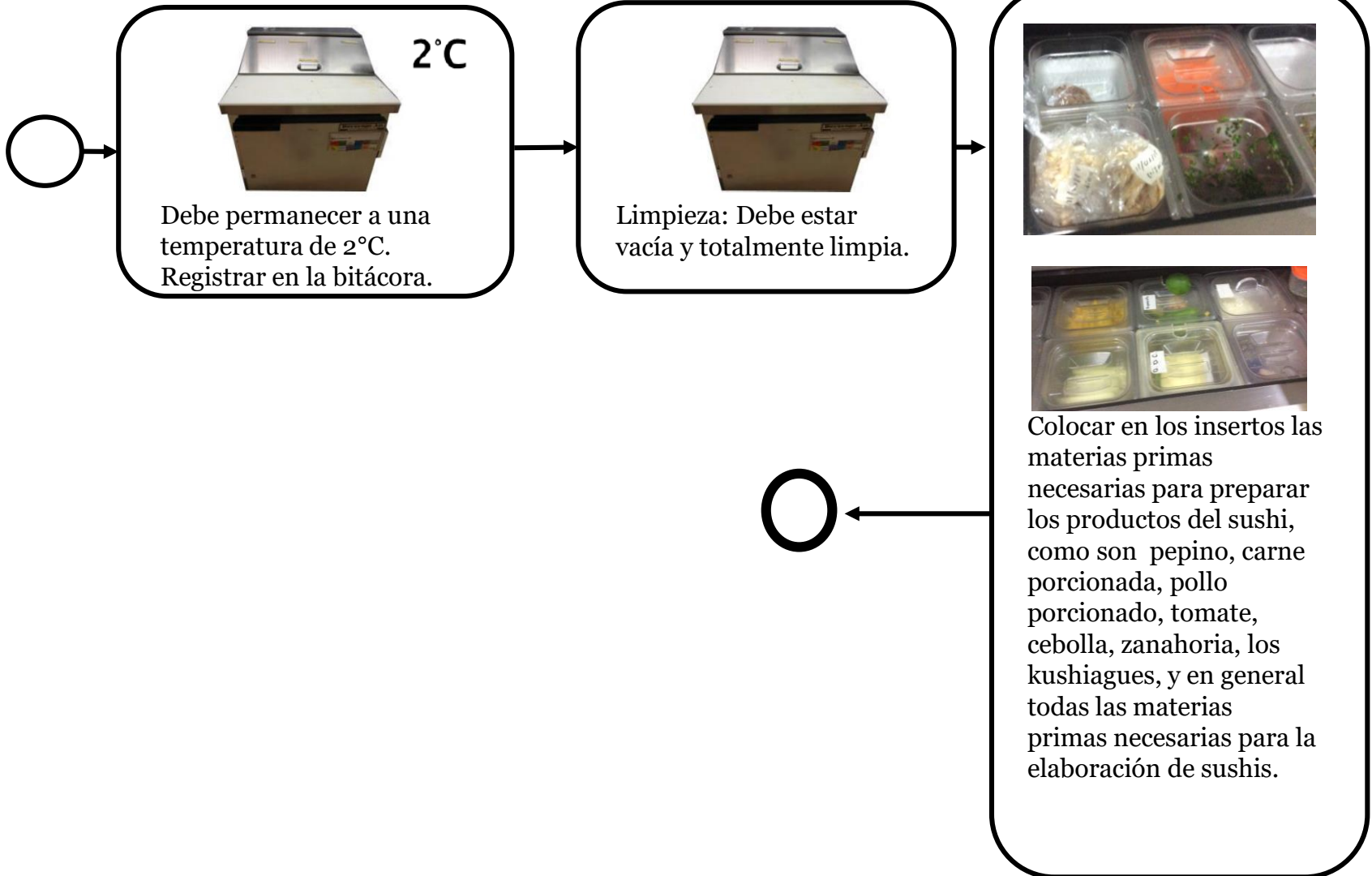


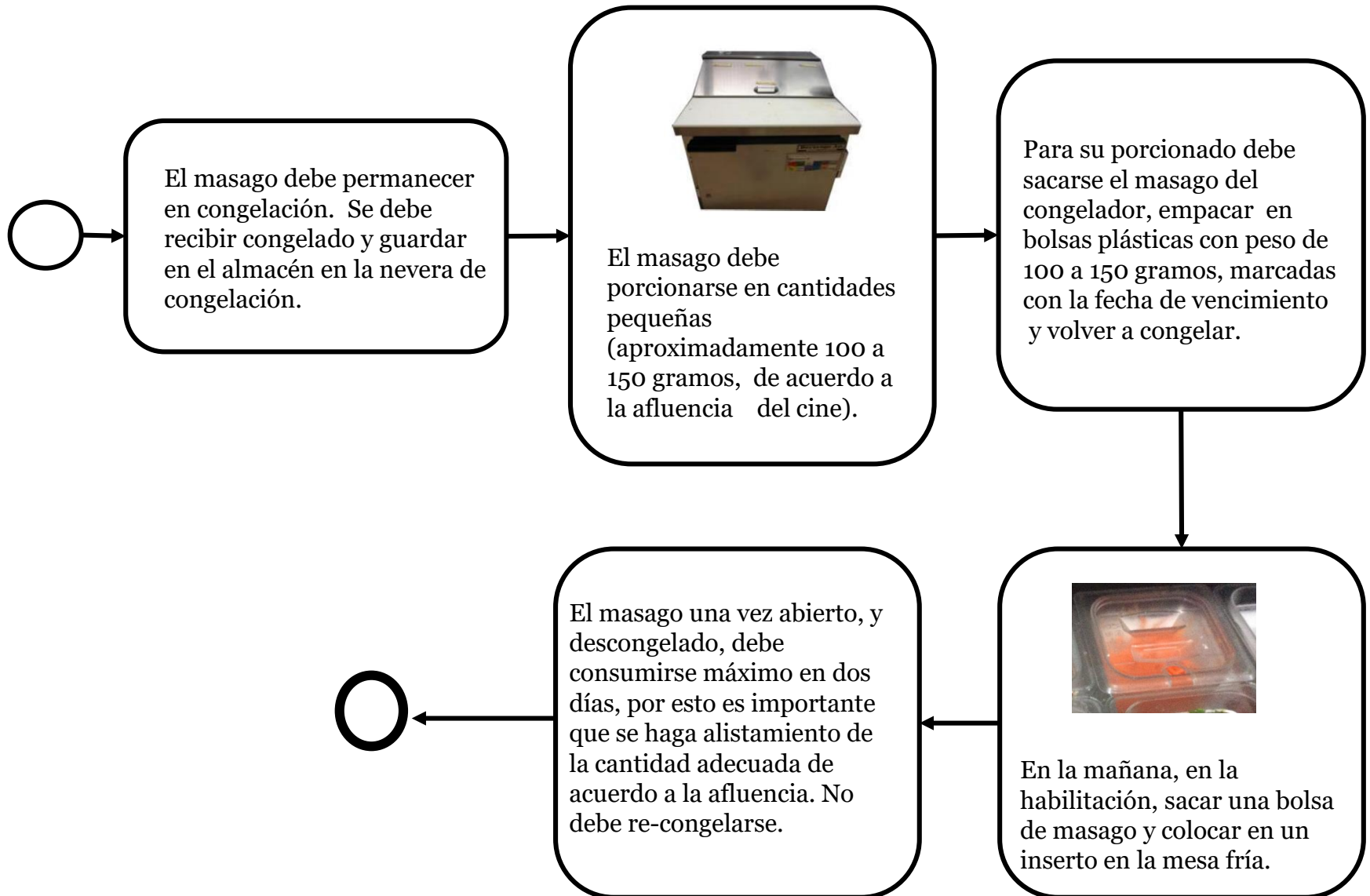
Empaquetados

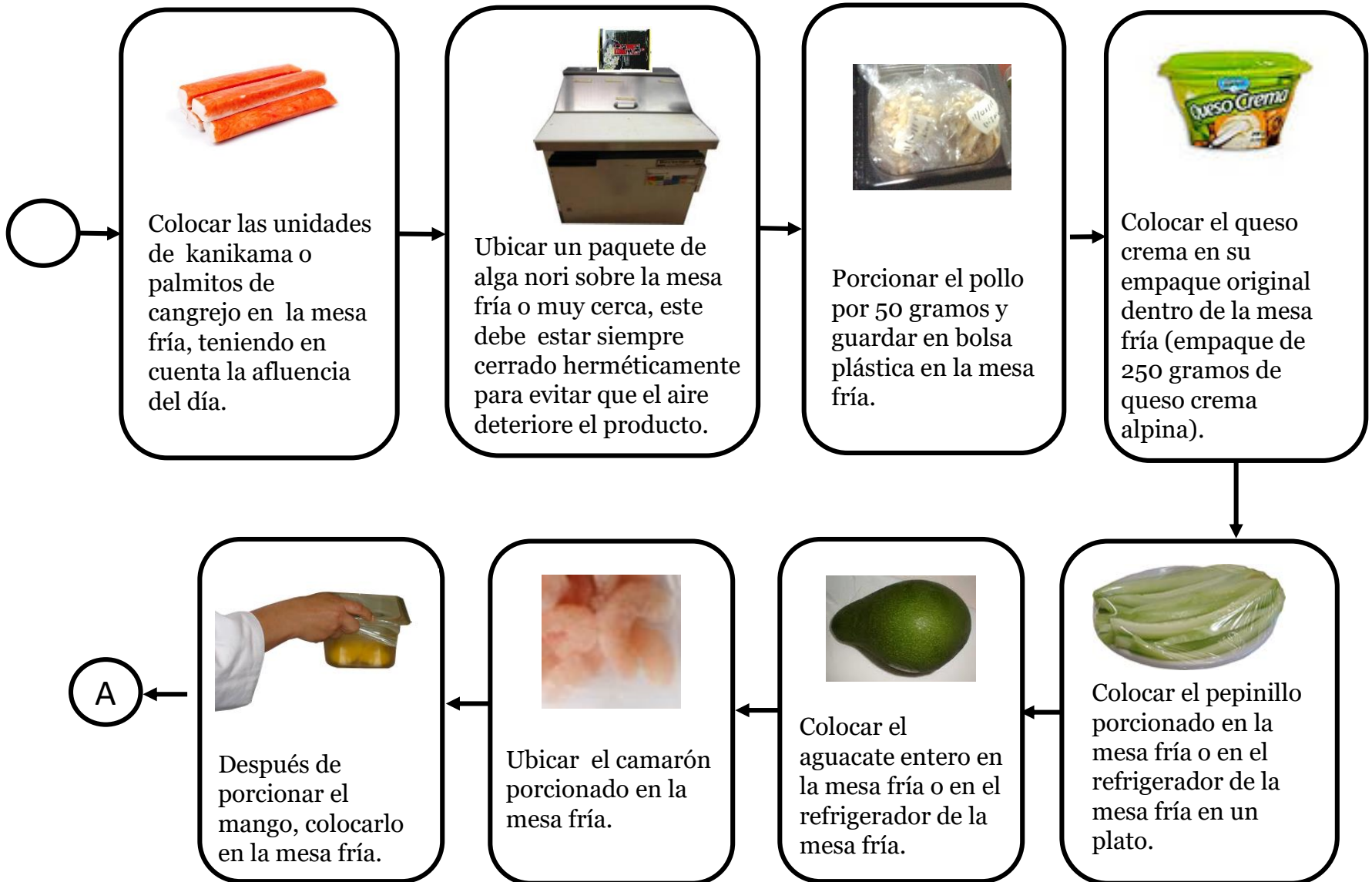


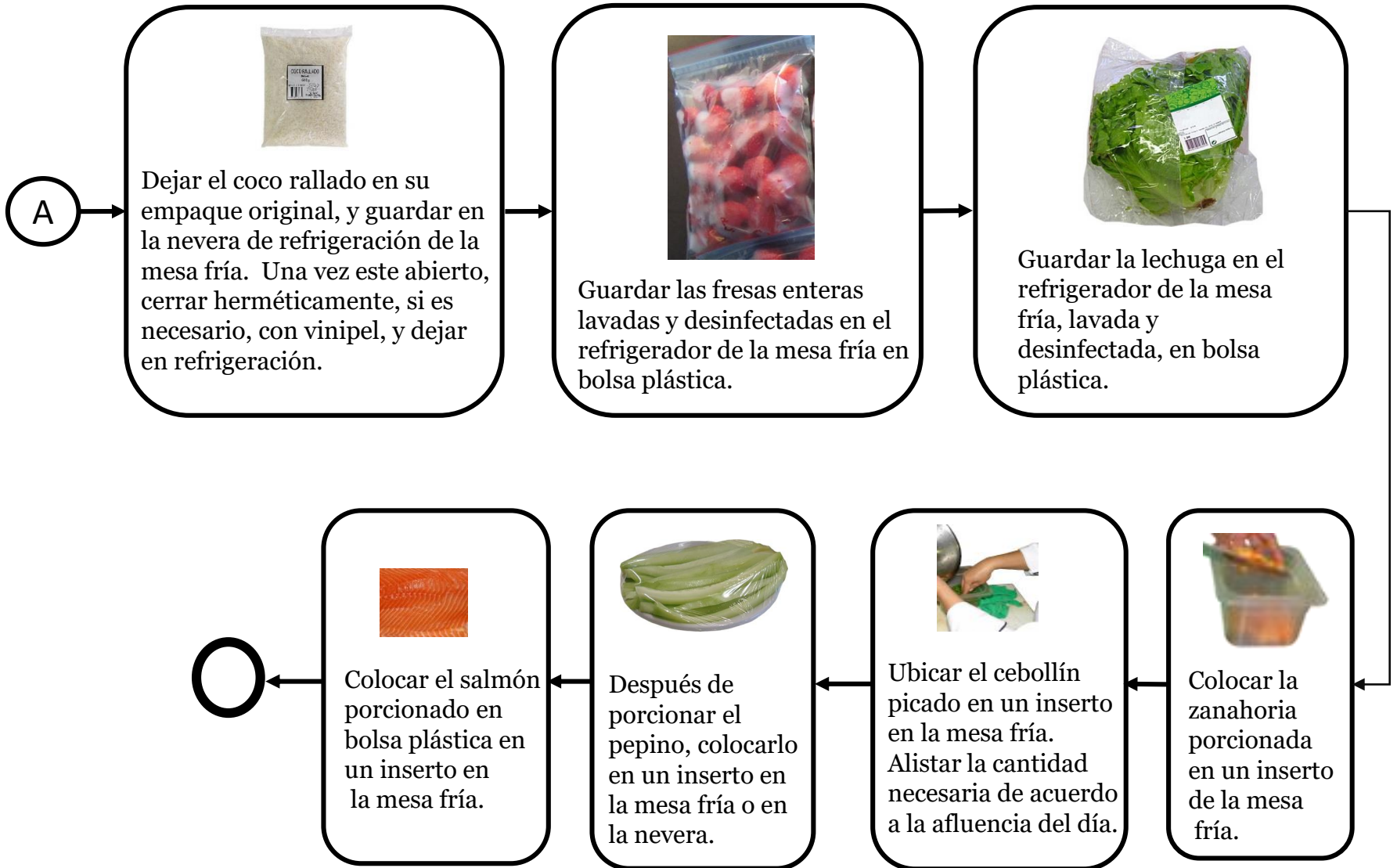
Crudos, pescados y mariscos









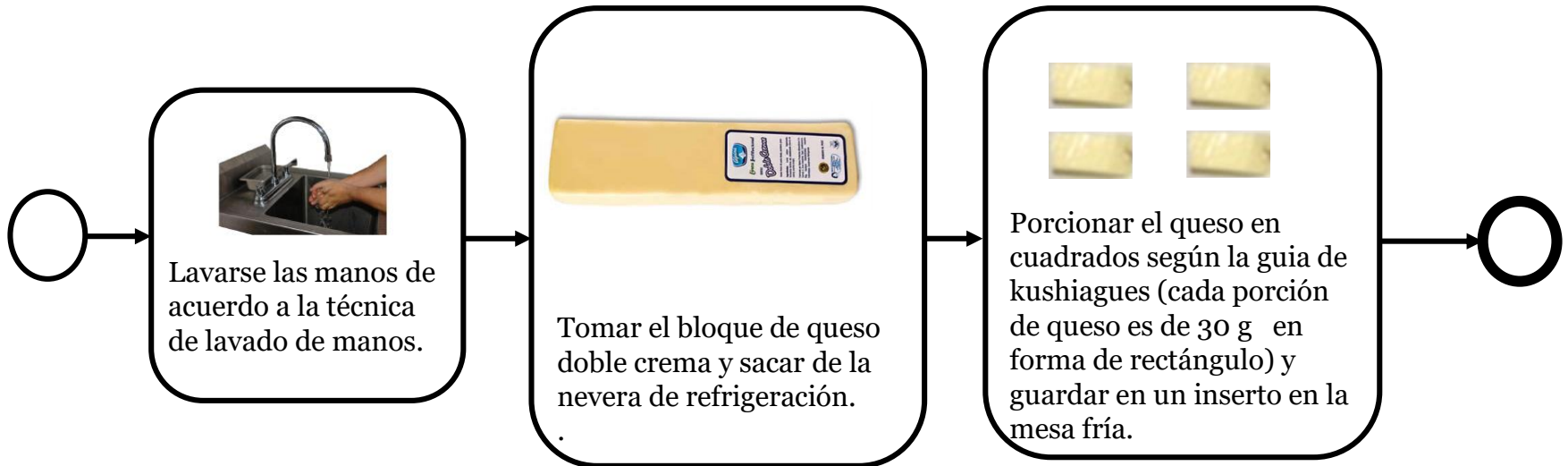


**Las alcaparras y aderezos se dejen conservar en su empaque original, y guardar en el refrigerador de la mesa fría.**





## Habilitación del Queso Doble Crema para Kushiagues





## Habilitación del Queso Crema



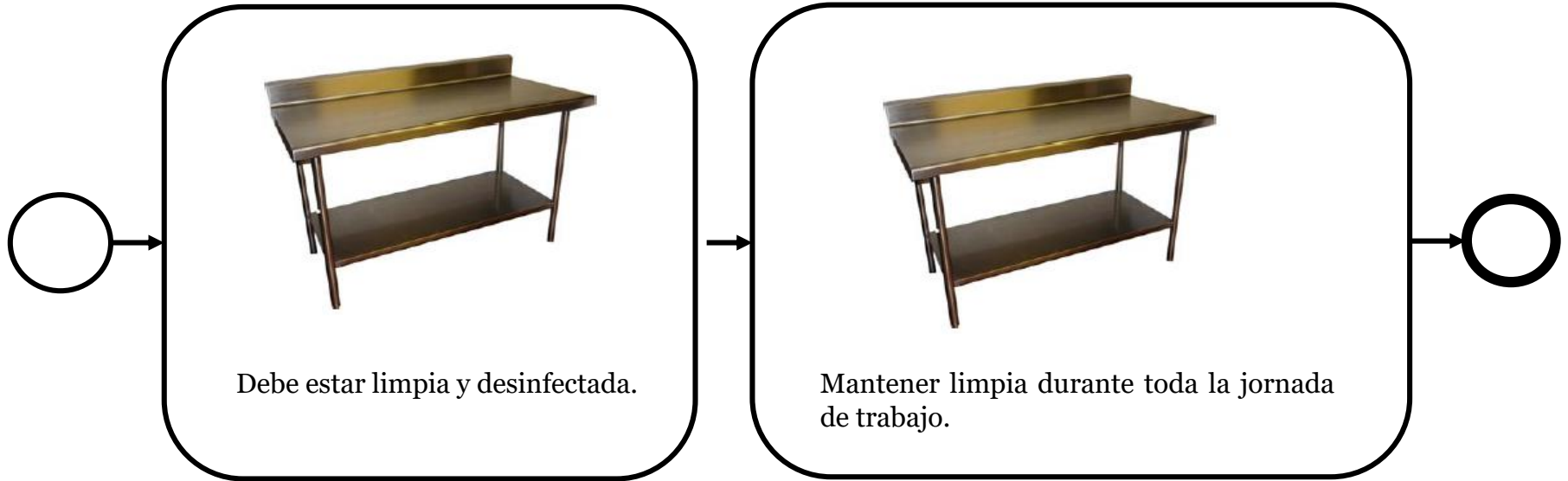


## Habilitación Vitrina de Refrigeración



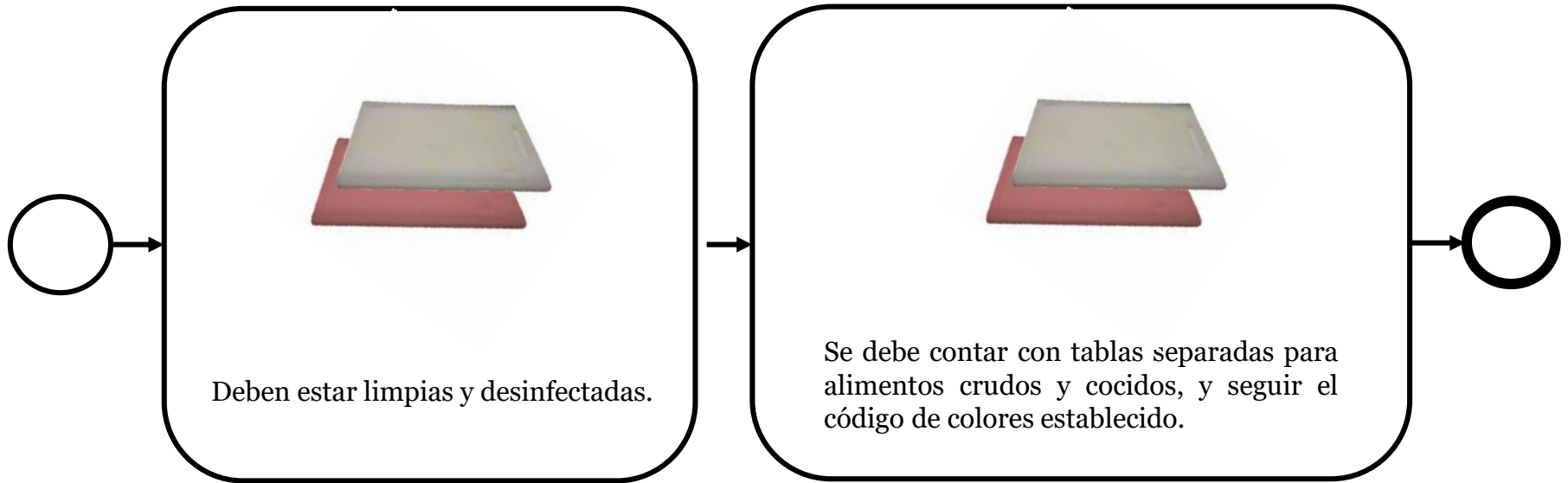


## Habilitación Mesa de Elaboración





## Habilitación Tablas





### Habilitación Makisu



Tomar vinipel y empezar a enrollar en el makisu.



Dar tres o cuatro vueltas, asegurándose que quede completamente cubierto.



Asegurarse que los lados queden completamente cubiertos de vinipel.



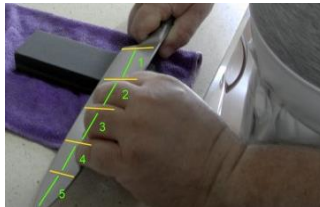
## Habilitación Cuchillo



Asegurarse que se encuentren en perfecto estado de limpieza. Lavar siguiendo la técnica de lavado de utensilios vigente. Se debe contar con los afiladores (chaira) y piedras para afilar.



Colocar la piedra encima de un paño blanco, que impida que se deslice la piedra. Hecho esto colocamos el cuchillo como indica la foto, como si fuésemos a sacar una tajada a la piedra, es decir frotaremos el cuchillo contra la piedra en contra del filo, como si quisiéramos cortarle una loncha fina.



Como hay una piedra de afilar que sea igual de ancha que el cuchillo. Pues lo iremos haciendo en tramos, tantos como necesite el tamaño del cuchillo, como se indica en la foto.

Es muy importante afilar en contra del filo, ¡Ah! hay que apretar un poco el cuchillo, por eso es importante utilizar una base para la piedra que no se deslice. Y empezamos por la parte más rugosa de la piedra.

A



## Habilitación Cuchillo



Afilando el otro lado del filo.

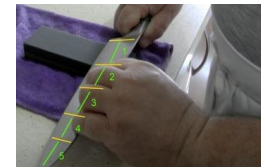
A

Frotar cada tramo del cuchillo cinco veces, hasta terminar los tramos de ese lado, luego dar la vuelta al cuchillo y hacerlo igual con la otra parte del filo del cuchillo, es decir cinco veces por tramo, hasta llegar al final del cuchillo.



Después repetir el proceso pero frotarlo sólo cuatro veces por cada cara, luego empezar de nuevo pero con tres veces, la siguiente vuelta dos veces, hasta frotarlo una sola vez por tramo y cara.

Para que el afilado nos dure, hay que tener en cuenta que cada vez que se use el cuchillo, se limpia con agua y se seca con el trapo, SIN estropajos. Y lo secamos con papel de cocina. Así tendremos un cuchillo limpio y afilado, no dejar secar los restos en el cuchillo, usar y limpiar y así. Para el mantenimiento del afilado podemos usar la chaira.



Dar la vuelta a la piedra, es decir ponerla por el lado fino y comenzar de nuevo a afilar el cuchillo, pero empezar por frotarla tres veces, luego dos y por fin una vez por tramo y cara y aflojando la presión que se ejerce contra la piedra en cada pase; siendo el último como una caricia contra la piedra.





Asegurarse que todos los utensilios se encuentren en perfecto estado de limpieza. Lavar siguiendo la técnica de lavado de utensilios vigente. Se debe contar con los afiladores (chaira) y piedras para afilar.



Situar la Chaira con la punta hacia abajo en una superficie plana y que no se mueva (Colocar como base un paño blanco).



Sujetar la chaira desde el mango con la mano izquierda y el cuchillo con la derecha. Con el filo del cuchillo también para abajo y apoyarlo sobre el cuerpo de la chaira en un **ángulo de 20 grados** aproximadamente.



Realizar un movimiento entero sobre el total del cuerpo de la chaira de cada lado del cuchillo. Cuando se esta deslizando, prestar atención en mantener el ángulo correcto de 20 grados y guiar de forma uniforme la hoja completa, desde el final del mango hasta la punta de la hoja a lo largo de la chaira. Repetir el movimiento de cinco a diez veces según el estado del filo del cuchillo, cambiando las caras de la hoja del cuchillo en cada pasada.



Deslizar el cuchillo haciendo un movimiento de arco: empezar desde la última parte del filo del cuchillo y deslizarlo progresivamente hacia la punta.



Lavado y Cocción  
de Arroz



Vinagre para Arroz  
de Makis



Arroz para Makis  
( Shari)



Insumos para  
Empanizar



Camarón y  
Langostinos



Filete de Carne



Carne Molida  
(Aplica para  
Panamá)



Huevo para  
Yakimeshi



Germen de Soya



Pasta Tempura



Aguacate.



Pepino



Mango Tommy



Zanahoria y  
Zucchini



Cebollín



## Lavado y Cocción de Arroz

Preparación		Ingredientes	
			
Arroz cocido	Arroz	Agua	
<b>Proporción</b>	6 kg	6 litros	
	3 kg	3 litros	
	1 kg	1 litro	
	1.5 kg	1.5 litros	

Nota: Tener en cuenta que la proporción de agua y arroz es 1:1, es decir la misma cantidad de arroz que de agua, y debe elaborarse la cantidad diaria de acuerdo a la afluencia del cine.



## Lavado y Cocción de Arroz



\*\*Nota: Realizar este paso solo cuando el saco de arroz este nuevo (Completamente sellado).



## Lavado y Cocción de Arroz

A



Colocar la olla con el arroz en el fregadero/lavaplatos.

Abrir la llave del agua fría y poner debajo del chorro de agua una mano extendida sin separar los dedos y procurando que esta toque una orilla dentro de la olla.



NOTA: El chorro de agua no debe caer directo sobre los granos de arroz para evitar que se quiebre o sufra algún daño.

B

Repetir tres veces el lavado para quitarle el exceso de almidón al arroz. **Nota:** No se debe lavar mas de tres veces, ya que se le quita más almidón del necesario y queda muy suelto.



Escurrir el arroz, con ayuda de un escurridor hasta retirarle completamente el agua.



Mover circularmente el arroz, despacio, con la mano y en un solo sentido, durante aproximadamente 30 segundos. \*\*\*



Cerrar la llave en cuanto el agua haya cubierto por completo el arroz.



## Lavado y Cocción de Arroz



**\*\*Nota: Cuando el arroz esta húmedo se rompe fácilmente, por eso, su manipulación debe ser muy cuidadosa. \*\*\***





## Lavado y Cocción de Arroz

C



Cocinar el arroz hasta que la arrocera se apague, aproximadamente por 20-25 minutos y dejarlo reposar por 15 minutos. **NOTA:** El interruptor de la arrocera se sube automáticamente cuando el arroz ya esta cocido.

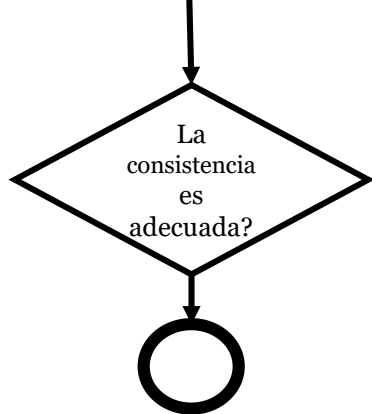


Destapar la olla, tomando la asa de la tapa con un paño, jalarla y dejarla a un lado.



Probar la consistencia. Tomar unos granos de arroz y presionarlos con las yemas de los dedos hasta deshacerlos .

La consistencia es adecuada?



En caso de que estén crudos (es decir granulados, duros o de color blanco opaco), o muy chicludos (pegajosos), tomar la olla con ayuda de los paños y vaciar el contenido en la caneca/vertedero. Siempre se debe desechar la pega.



Repetir todos los pasos para elaborar un nuevo arroz.



O





### Vinagre para Arroz de Makis

Se puede comprar el vinagre para makis, ya elaborado, como es el caso de Panamá, o se puede elaborar con vinagre blanco o vinagre de frutas blanco. A continuación presentamos el paso a paso para elaborar el vinagre partiendo de vinagre blanco. **Estos paso no deben seguirse en caso de comprar el vinagre listo (Conocido como vinagre para sushi). Ver ilustraciones materias primas.**

Preparación	Ingredientes		
 Vinagre para arroz de <i>makis</i>	 Vinagre de caña blanco	 Azúcar	 Sal
<b>Proporción</b>	250 ml	100 gramos	50 g
	375 ml	150 gramos	75 g
	750 ml	300 gramos	150 g
	1500 ml	600 gramos	300 g



## Vinagre para Arroz de Makis



Lavarse las manos según la técnica de lavado de manos vigente.



Verter una botella de vinagre blanco en una olla de acero inoxidable. Debe ser ancha de poca altura y con mango largo.



Calentar el vinagre en la estufa.



Tarar báscula:  
Colocar el recipiente vacío que se va a usar para pesar sobre la báscula y oprimir el botón "tare."

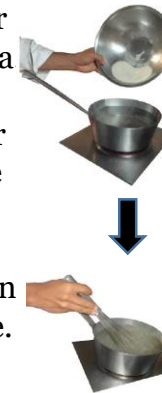


Vaciar la preparación en un recipiente de policarbonato con tapa. Almacenar a temperatura ambiente en el lugar asignado para ello. El tiempo de vida del vinagre es de dos días.



Apagar el fogón cuando la sal y azúcar se hayan disuelto y dejar enfriar la preparación del vinagre.




Vaciar el azúcar y la sal en la olla. Disolver sal y azúcar. Mezclar con la ayuda de un cucharón o globo, hasta que se disuelvan completamente.



Pesar 300 gramos de azúcar y 150 gramos de sal.



**Shari**

Preparación	Ingredientes	
 <p>Arroz para <i>makis</i> (<i>shari</i>)</p>	 <p>Arroz Cocido 1 kg</p>	 <p>Vinagre para arroz de <i>makis</i> 250 ml</p>
Proporción	1.5 kg	375 ml
	3 kg	750 ml
	6 kg	1.5 litros



**Shari**



Tirar toda el agua del hangiri en el vertedero o lavaplatos.\*\*\*



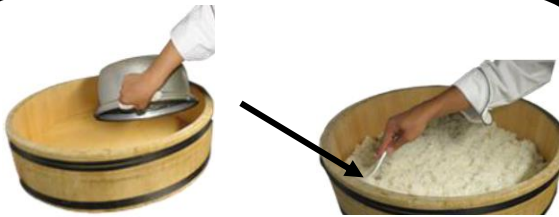
Pasar un paño húmedo y limpio por el interior del hangiri las veces que sean necesarias para que todo su interior quede húmedo; con la finalidad de que el arroz no se pegue en él.



Sacar la olla de la arrocera con ayuda de paños o guantes de alta temperatura, jalando hasta sacarla. Este paso debe realizarse inmediatamente después de la cocción del arroz para que éste no se enfríe y se puedan integrar los ingredientes.



Aflojar el arroz con un cucharón o paleta de policarbonato.



Tomar la olla del arroz con ayuda de paños o guantes y vaciar todo el arroz en el *hangiri*, apoyándose con la *paleta de policarbonato*. Nota: Si hay arroz muy pegado y/o quemado en el fondo de la olla, éste debe ser desechado. Esparcir el arroz con la espátula.

A

El hangiri se debe dejar en agua todo el tiempo siempre y cuando no se esté usando).\*\*\*

**En caso de que el conjunto no cuente con hangiri, se puede usar un recipiente de policarbonato.**







## Shari

**A** Incorporar el vinagre para Shari, realizando los pasos descritos a continuación:

Colocar la paleta de policarbonato horizontalmente y vaciar el vinagre sobre él, poco a poco, revolviendo e integrando el arroz con el vinagre, y esparciéndolo por todo el arroz uniformemente\*\*.



  
Cortar el arroz, haciéndole surcos transversales hasta el fondo, esparcirlo por toda la superficie del hangiri.

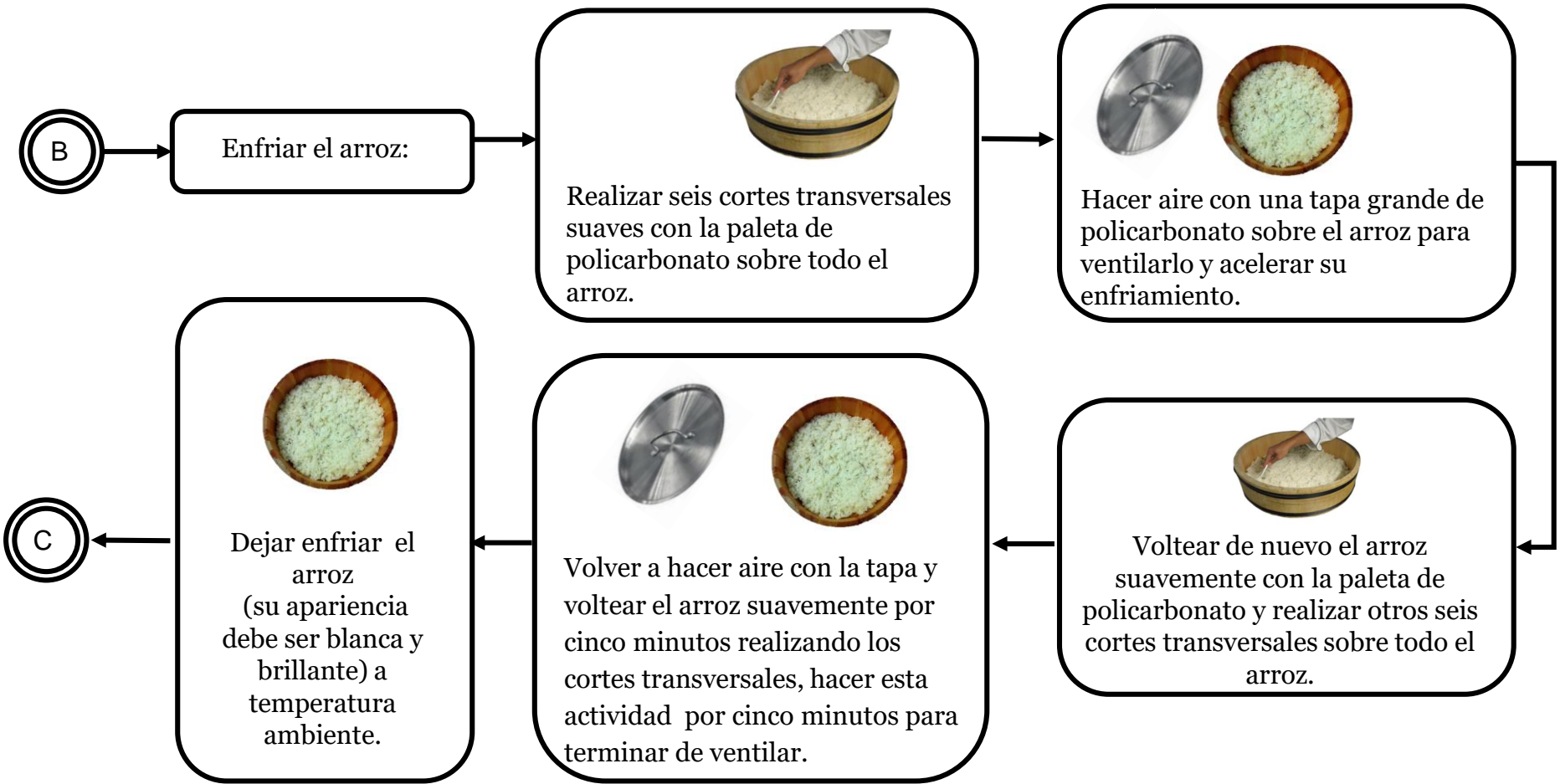
**B**   
Voltear el arroz con la paleta de policarbonato e irlo juntando para formar un montón. Repetir estos pasos tres veces para terminar de incorporar el vinagre en el arroz y asegurarse que quede brillante. **NOTA:** El procedimiento debe realizarse de forma seguida y por una misma persona.

**NOTA:** Se debe cuidar no batir el arroz, solo se deben eliminar los grumos y separar los granos.

\*\* Previamente, se debe medir el vinagre con la jarra medidora, de acuerdo a la cantidad de arroz elaborado



### Shari



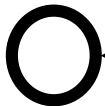


## Conservación del Shari



Guardar el arroz de la siguiente manera:

Colocar el arroz dentro de la guhanera  
(Si el conjunto dispone de esta, de lo contrario colocarlas en el Hangiri).



**Nota:** El hangiri deberá dejarse lavado con agua (interior y exterior frotando con esponja) y con un nivel de agua de 1 cm desde el fondo. Para cerrar la guhanera deberá sonar un clic.

**Conservación del arroz:** Colocar cama de hielo debajo del recipiente en el área cerca a la mesa fría para asegurar su inocuidad.

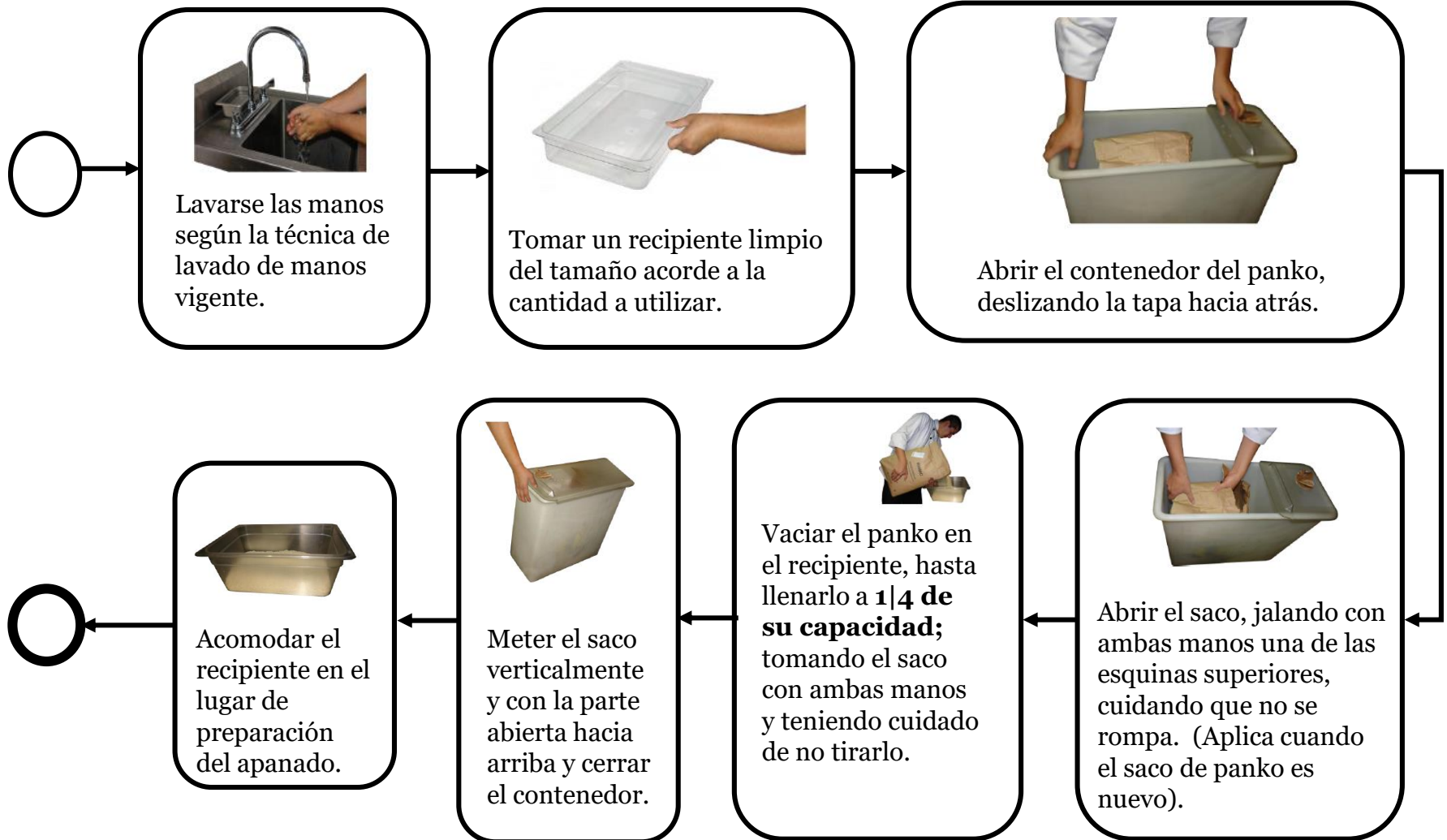


Mojar un paño limpio, exprimirlo completamente y colocarlo sobre el arroz. Este paño se deberá cambiar mínimo dos veces al día (a mitad de la operación y en la inhabilitación) y adicionalmente cada hora deberá asegurarse que esté húmedo. Si hay *guhanera*, esta tiene una perilla que debe presionarse para abrirse y taparla.



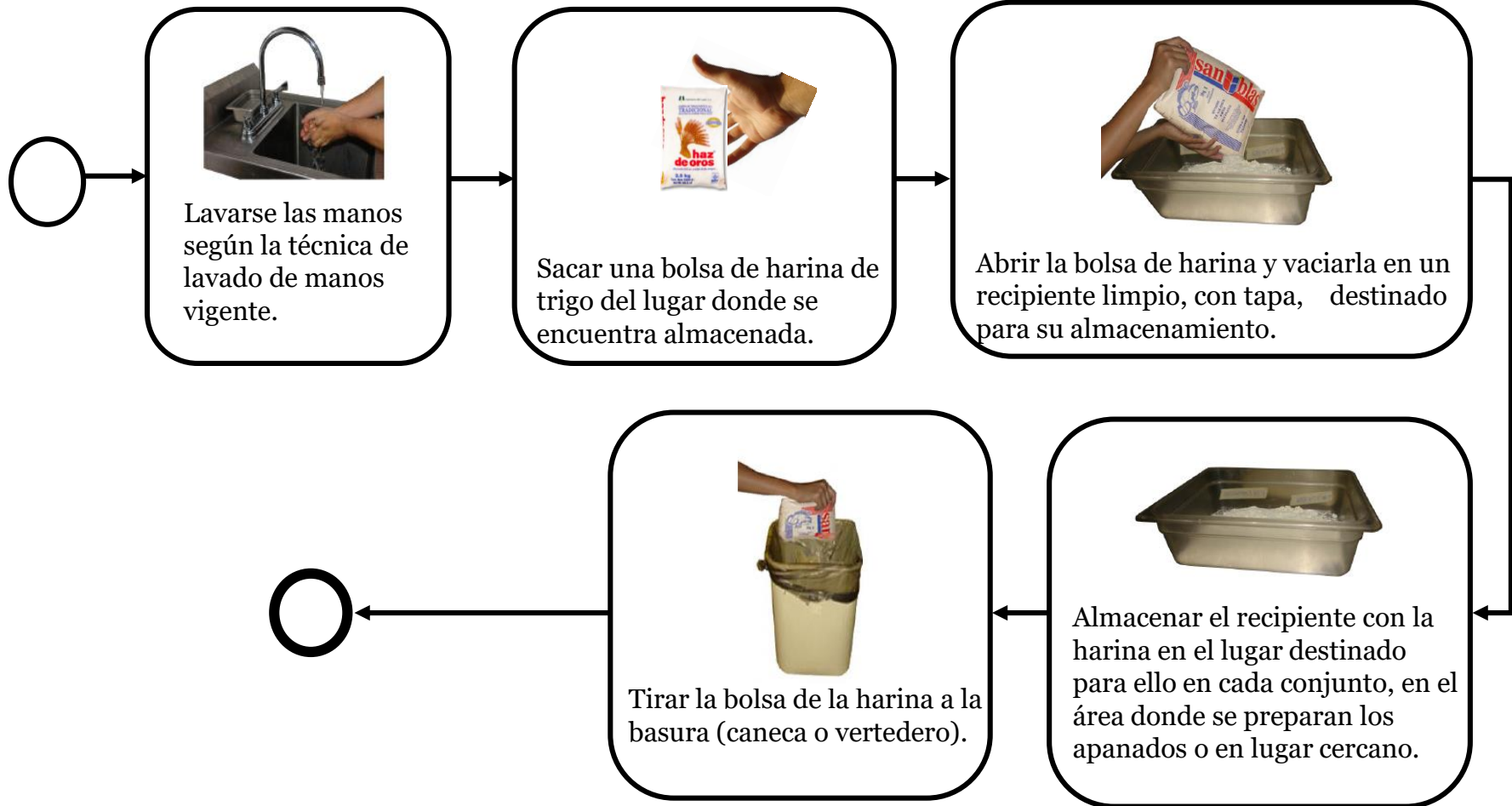


Alistamiento Insumos para Apanar /Empanizar.  
**Panko**






**NOTA: Si la rotación es baja, porcionar en bolsas de un kilo, cerradas, y guardar en el contenedor.**










**Huevo Batido**

Preparación	Ingredientes	
		
Huevo batido	Huevo	Agua
Proporción	6 piezas	250 ml
	12 piezas	500 ml



Lavarse las manos según la técnica de lavado de manos vigente.

Tomar los huevos del refrigerador. Lavar los huevos con chorro de agua perfectamente, dejar escurrir y secar.

Servir la medida de agua indicada con una jarra de acuerdo a la cantidad a preparar.



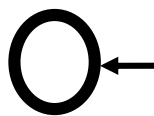
Tomar un recipiente limpio con tapa. Romper cada uno de los huevos y verter su contenido, cuidando que no caigan cascaras de huevo en él.



Vaciar el agua y mezclar con un tenedor.



Tapar el recipiente y guardar en refrigeración en el lugar asignado.



**Nota:** Si la afluencia es alta , elaborar huevo batido con 12 piezas.

## **Alistamiento de Camarón y Langostinos: Descongelación.**



1

Mantener el camarón y el langostino en la nevera de congelación. Debe guardarse en el lugar asignado en cada cine, y en su empaque original.



2

El día anterior a su uso, sacar del congelador, y dejar en refrigeración. Por la mañana sacar del refrigerador.



3

Abrir la bolsa con ayuda de unas tijeras. Colocar todos los camarones en una coladera.



4

Lavar con chorro de agua fría en el lavaplatos.

Verificar que los camarones o langostinos se encuentren descongelados presionando suavemente para detectar cristales de hielo, (núcleo duro) Tener cuidado de no dañar la textura.



5

Si el núcleo del camarón o langostino esta duro, dejarlos en agua unos minutos y repetir la verificación hasta obtener las condiciones deseadas.



6



7

Dejar los camarones o langostinos en un recipiente (inserto en mesa fría). Guardar con tapa y colocar la fecha del día y el nombre del Cinepolito.

## Alistamiento de Camarón: Habilidadación



Tomar una tabla y cuchillo limpio y colocarlos en la mesa de trabajo.

10



Colocar cada camarón en la tabla y hacer tres cortes transversales sobre el vientre a cada uno, cuidando no partirlo por completo. **Nota:** se debe cuidar que el cuchillo se encuentre filoso para realizar los cortes sin deteriorar o despedazar el camarón.

11



Alargar el camarón: Presionar con las yemas de los dedos a lo largo los costados de cada camarón, procurando no romperlo.

12



Para uso del mismo día: Colocar los camarones en un inserto limpio y almacenar en la mesa fría.

13



Si el camarón va a ser utilizado hasta dos días después, colocar en recipiente con tapa o cubierto de vinipel.

14



Marcar con la fecha del día, el nombre de la persona que lo elaboró y nombre del producto\*. Guardar en refrigeración.

15

**\*El tiempo de vida útil para los camarones en refrigeración es de 2 días.**

**SUSHI VIP**  
**RA-GR-SUH-VIP-03**  
**Filete (lomo) de Carne**  
**(Para Yakimeshi en Colombia y Makis que tienen lomo)**



Tomar el filete de carne del congelador y dejarlo en descongelación en el refrigerador toda la noche.



Colocar el filete en una tabla .



Con ayuda de un cuchillo quitar el exceso de grasa del filete.



Saltear el filete con ayuda de una espátula por cinco minutos o hasta que quede bien cocido.



Verter aceite sobre la parte de la plancha que se va a usar para cocinar el filete. Colocar el filete en la plancha y condimentar con sal y pimienta las tiras.



Cortar en tiras el filete.

A



A



Tomar un recipiente limpio de donde se encuentra almacenado.



Colocar el filete en el recipiente, con la ayuda de una espátula.



Esperar a que se enfríe el filete por 15 minutos.



Colocar el recipiente con el filete en el lugar donde se va a porcionar.

Porcionarlo y guardarlo en la mesa fría dentro del inserto con ayuda de una espátula. Guardar las porciones en bolsas plásticas marcadas con fecha y nombre del Cinepolito (35 gramos por porción).



## Carne Molida para Yakimeshi (Solo para Panamá)



Tomar un paquete de carne molida y abrirlo con ayuda de un cuchillo.



Verter aceite sobre la parte de la parrilla que se vaya a utilizar para cocinar la carne. Nota: la carne molida debe estar en refrigeración pero descongelada desde el día anterior.



Colocar la carne en la plancha, picarla toda con ayuda de las espátulas y voltearla constantemente durante 1 min, a fin de que se parrille uniformemente.



Guardar en un inserto la mesa fría o en recipiente con tapa en el refrigerador asignado en cada conjunto.



Porcionar por 70 gramos la carne y guardar en bolsa plástica con la fecha del día y nombre del Cinepolito.



Retirar la carne de la parrilla antes de que suelte su jugo en la plancha y colocarla en un recipiente. Dejar enfriar.





Tomar los huevos y lavarlos con chorro de agua.



Romper cada uno de las cáscaras de huevo y vaciar su contenido dentro del recipiente, cuidando que no caiga ninguna cáscara en él. Se sugiere hacer mínimo 5 huevos diarios dependiendo la afluencia del día.



Mezclar el huevo con ayuda de un tenedor o globo hasta que queden perfectamente incorporados.



Mezclar el huevo con ayuda de las espátulas, procurando evitar que se pegue a la plancha para que no se quem.



Vaciar poco a poco el huevo del recipiente sobre la plancha hasta que quede extendido.



Verter aceite sobre la parte de la plancha que se va a utilizar para cocinar el huevo.

A





A

Picar finamente el huevo con ayuda de las espátulas y voltearlo constantemente hasta que quede bien cocido. **Nota:** El tiempo aproximado de cocción es de cuatro minutos.



Con ayuda de las espátulas, colocar el huevo en un recipiente limpio.



Con ayuda de las espátulas, retirar todos los residuos que quedaron en la plancha y tirarlos en un bote de basura. **Nota:** los residuos que no se puedan retirar, colocarlos en el orificio de la plancha.



Tapar el recipiente con su tapa o con vinipel, colocar una etiqueta con fecha y nombre del Cinépolito. Guardarlo en el lugar de refrigeración destinado para su almacenamiento. **Nota:** El tiempo de vida del huevo es de dos días en refrigeración.



Colocar el huevo en un recipiente limpio. Dejar enfriar a temperatura ambiente por 15 minutos.



Tomar un recipiente de policarbonato del lugar en donde se encuentre almacenado y ponerlo en el lavaplatos. **Nota:** el germen de soya debe ser del día.



Vaciar el germen de soya en el recipiente de policarbonato.



Verter agua en el recipiente hasta cubrir por completo el germen de soya.



Dejar que el germen se desinfecte durante 5 minutos.



Agregar más agua (sin que se derrame) y remover el germen de soya para que se distribuya el desinfectante.



Agregar desinfectante al recipiente con el germen, conforme a lo especificado en la etiqueta de Diversey.

A



A



Remover el germen y vaciar toda el agua del recipiente sobre un escurridor o directamente en el lavaplatos, cuidando de no tirar el germen de soya.



Nuevamente, agregar agua en el recipiente hasta cubrir por completo el germen de soya.



Tapar el recipiente con su tapa o vinipel, etiquetarlo con nombre del Cinepolito y fecha del producto y guardarlo en el lugar de refrigeración destinado para su almacenamiento. Nota: El tiempo de vida del germen de soya es de 3 días en refrigeración, durante la operación se le debe estar cambiando el agua poniéndole hielo para que se conserve fresco.



Tomar uno por uno 3 huevos, lavarlos con chorro de agua y romperlos por la mitad, separando el cascarón por la mitad.



Separar la yema de la clara.



Colocar la yema en el recipiente de policarbonato vacío. Agregar 500 g de harina de trigo y 25 gramos de levadura en el recipiente con la yema.



Tapar el recipiente con su tapa o con vinipel, marcar con fecha y nombre del Cinepolito y guardarlo en el lugar de refrigeración destinado para su almacenamiento.



Batir la mezcla con el tenedor o globo hasta que queden perfectamente incorporados y sin grumos todos los ingredientes.



Agregar poco a poco el agua fría (800 ml) al recipiente e ir batiendo con ayuda de un tenedor o un globo hasta vaciar toda el agua.

Nota: El almacenamiento debe ser de acuerdo al método PEPS (Primeras Entradas-Primeras Salidas): colocar los nuevos productos al fondo para que los que ya estaban se consuman primero; considerar que la pasta tempura tiene un tiempo de vida de dos días en refrigeración.



Tomar un aguacate y lavarlo según la técnica de lavado de frutas y verduras vigente.



Colocarlo en la mesa de trabajo y partir por la mitad, a lo largo y alrededor del hueso y girar cada mitad en sentidos contrarios para separarlas.



Clavar el cuchillo sobre el hueso con un golpe, girarlo un poco y levantarlo hasta sacar el hueso de la mitad que lo tenga.



Colocar el aguacate sobrante en la mesa fría protegido por una capa de aceite y vinipel. Debe prepararse a diario.



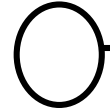
A la minuta: Cortar rebanadas de 0.5 cm de espesor a lo largo de cada parte (deben salir de cuatro a cinco rebanadas por cada parte) y siguiendo la forma del aguacate.



Si hay partes que se encuentren en mal estado, retirarlas con el cuchillo. El aguacate debe estar bien firme para que no se despedace al realizar lo indicado en este paso.



Partir cada una de las partes por la mitad, a lo largo, para obtener cuatro partes.



Tomar el pepino y lavarlo según la técnica de lavado vigente de frutas y verduras.

Tomar una pieza de nori. Colocar el pepino en la tabla y sobre él, el lado más corto de la nori. Cortar ambas puntas del pepino de forma que quede del mismo largo que la nori\*\*.



Tomar un pelador uso industrial, redondo, poner su cuchilla de manera perpendicular al pepino y deslizarla de un extremo a otro hasta pelarlo por completo.



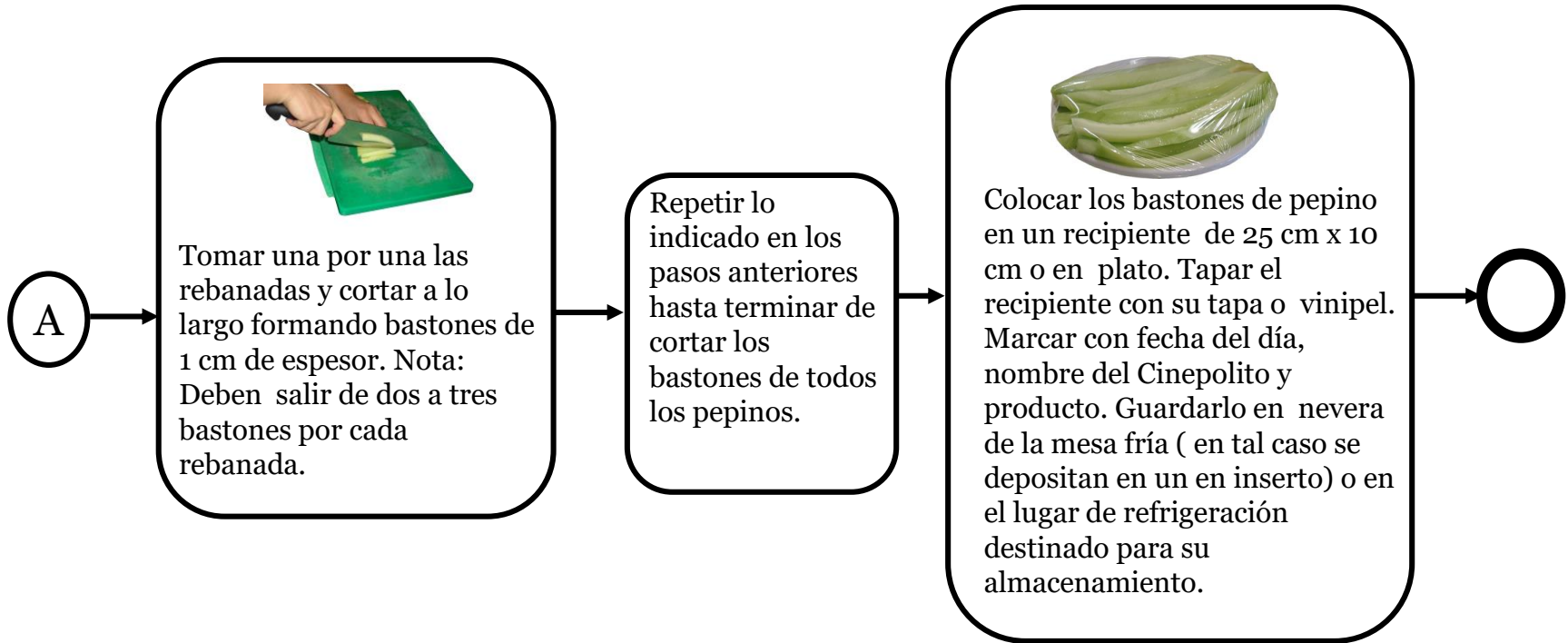
Partir por la mitad, a lo largo del pepino y poner cada una de las partes con el lado plano apoyado sobre la tabla. Partir cada una de las partes por la mitad, a lo largo, para formar cuatro rebanadas.



Colocar cada una de las rebanadas con las semillas hacia arriba. Introducirle a la rebanada el cuchillo en donde empiecen las semillas en un ángulo de 45°, después acostarlo y deslizarlo para retirar completamente las semillas.

Repetir estos pasos con cada una de las rebanadas de pepino.





**Nota:** Los bastones de pepino tienen un tiempo de vida de dos días. El almacenamiento debe ser de acuerdo al método PEPS (Primeras entradas - Primeras salidas). Se debe cuidar el rendimiento del pepino, ya que la merma de la cáscara y las semillas NO debe rebasar el 20% del peso inicial de la verdura.





1



Tomar los mangos del lugar en donde se encuentran almacenados.

2



Lavar el mango según lo indicado en la técnica de lavado de frutas y verduras.

3



Cortar dos rebanadas paralelas a la semilla, cortando por la parte superior del mango, introduciendo el cuchillo hasta topar con la semilla y de ahí levantarlo ligeramente para cortar toda la rebanada.

4



Pelar el hueso. Retirar la cáscara de la rebanada que contiene la semilla con el cuchillo y cortar una rebanada a lo largo de cada lado semilla.

5



Colocar una de las rebanadas sin hueso de manera vertical, hacer un corte en la punta para desprender la cáscara y girar la rebanada dejando que el cuchillo se deslice y retire toda la orilla de la cáscara.

6



Pelar el centro. Deslizar el cuchillo de un extremo a otro hasta retirar la cáscara del centro de la rebanada. Cortar tiras de 0.5 cm de espesor a lo largo de cada rebanada de mango. Guardar el mango en refrigeración en el lugar asignado en cada conjunto on el mesa fría según las indicaciones.





Tomar el cebollín del lugar donde se encuentra almacenado.

Quitar con las manos las hojas o puntas del rabo del cebollín que se encuentren en mal estado: putrefacción, secas y/o de color marrón.



Cortar  $\frac{3}{4}$  de la cabeza del cebollín para dejar el rabo y  $\frac{1}{4}$  de la cabeza.



Colocar todo el cebollín rebanado en un escurridor y poner debajo del chorro de agua. Frotar el cebollín suavemente con las manos para separarlo y eliminar sus jugos. Repetir este paso dos veces.



Repetir los pasos anteriores hasta terminar de rebanar el cebollín. Revisar que el cebollín no tenga rebanadas en mal estado o cortes muy gruesos. Si tienen rebanadas con estas condiciones, se deben quitar y desechar.

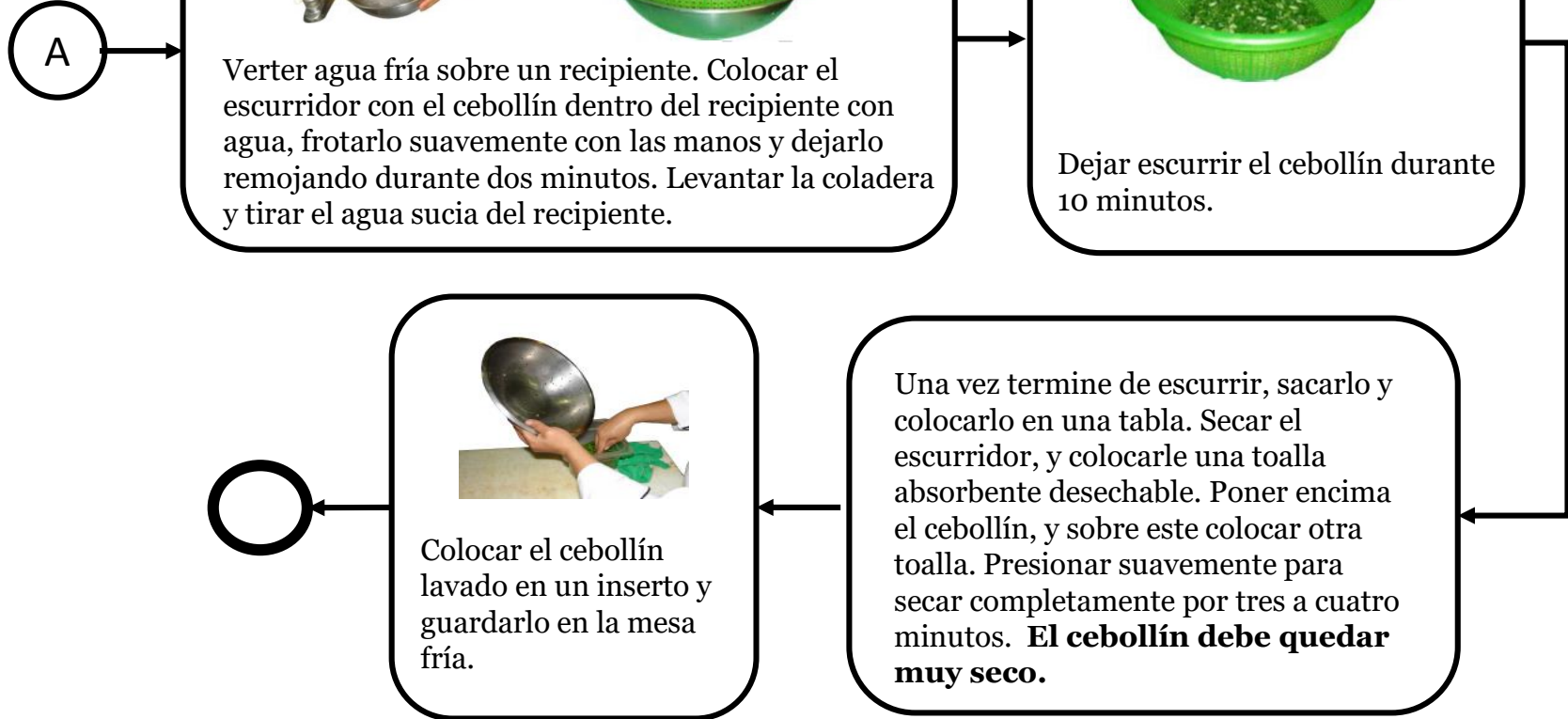


Cortar rebanadas muy finas a lo ancho de los rabos.  
**Nota:** Se pueden poner de dos a tres rabos de manera paralela sobre la tabla para ahorrar tiempo.

A



## Cebollín



Nota: El cebollín debe ser utilizado el mismo día que se picó. El almacenamiento debe ser de acuerdo al método PEPS (Primeras entradas - Primeras salidas).

Se debe colocar un bowl o recipiente para depositar los desechos del corte de las verduras.





**Nota:** El Zucchini debe ser tierno, pequeño y con pocas semillas y la zanahoria no debe estar seca, o negra, debe ser fresca.

### ELABORACIÓN

1. Lavar las verduras según lo indicado en **Limpieza y desinfección de frutas y verduras** vigente.
2. Tomar un pelador o cuchillo, poner su cuchilla de manera perpendicular a la zanahoria y deslizarla de una punta a otra hasta pelar por completo cada zanahoria.
3. Cortar la punta del lado menos ancho de la verdura (zanahoria y calabaza), cuidando que el corte no sea muy ancho para no desperdiciar producto.
4. Partir por la mitad, a lo largo de la verdura y poner cada una de las partes con el lado plano apoyado sobre la tabla.
5. Partir cada una de las partes por la mitad, a lo largo, sin cortar el tallo o rabo de la verdura.
6. Cortar rebanadas de las cuatro partes:
  - a) De 0.5 cm de espesor para la zanahoria.
  - b) De 1 cm de espesor para la calabaza (Cuadritos).
7. Repetir lo indicado en los pasos anteriores hasta terminar de rebanar las verduras.

**Nota:** Se debe cuidar el rendimiento de las verduras, ya que la merma de la cáscara, punta y tallo o rabo NO debe rebasar el 20% del peso inicial de la verdura.
8. Poner toda la zanahoria rebanada en un recipiente con tapa, colocar una etiqueta con fecha del día y nombre del Cinepolito.
9. Poner toda la calabaza rebanada en un recipiente con tapa, colocar una etiqueta con fecha del día y nombre del Cinepolito.

**Nota:** El almacenamiento debe ser de acuerdo al método PEPS (Primeras Entradas Primeras Salidas).



Manejo de Cuchillos



Elaboración de Camas de Arroz



Enrollado de Makis



Corte de Makis



## **USO**

1. Mantener una postura firme con los hombros hacia atrás y con el cuerpo volteado 45° hacia el lado en donde se encuentre la tabla con las piezas a cortar.
2. Tomar el mango del cuchillo (el filo del cuchillo debe quedar de lado contrario a los dedos que se pondrán para sujetar el producto a cortar) y poner el pliegue inferior del dedo índice (al partir productos delgados a lo largo se debe apoyar el dedo índice sobre la parte superior de la cuchilla) sobre la guía.
3. Sujetar y presionar con los dedos engarrados la parte del producto a cortar (esto aplica para hacer cortes finos y rebanadas de frutas, verduras y mariscos como el surimi).
4. Hacer los cortes dependiendo del producto de la siguiente manera:
  - a) Verduras y frutas: deslizar la punta del cuchillo sobre la sección a cortar para ir haciendo las rebanadas y/o bastones.  
Nota: Conforme se van haciendo los cortes, el cuchillo se debe ir desplazando junto con los dedos que están presionando la pieza. Los nudillos deben permanecer pegados con la cuchilla, esto para evitar accidentes.
  - b) Salmón ahumado: deslizar el cuchillo desde la parte de la base de la cuchilla hasta su punta cortar la rebanada.
  - c) Quesos: poner el filo del cuchillo sobre la parte a cortar y bajarlo despacio, de manera que primero baje completamente la punta y luego la base del cuchillo.
5. Siempre asegurarse que el cuchillo se encuentre correctamente afilado.
6. Cada vez que se haga un corte de un maki con el cuchillo, limpiarlo con paño plano o toalla desechable húmeda para asegurar que no se ensucie.



### **URA MAKI**

**Ura maki** es el tipo de cama de los rollos que llevan arroz o cualquier otro ingrediente por fuera: California especial, salmón ahumado, *Spicy* salmón, mar y tierra y *Ebi* empanizado.





A



Colocar el alga en una tabla y cortar con un cuchillo siguiendo la marca que quedo al desdoblarla.



Guardar una de las mitades de la nori en la bolsa de la que se sacó para usarse posteriormente.



Colocar una mitad de nori sobre la mitad inferior del makisu, asegurando que el lado áspero de esta quede boca arriba.



Humedecer las yemas de los dedos con agua limpia. Solo húmedas no mojadas.

B




Tomar 150 g de arroz (Shari) y darle forma ovoide.



B



Colocar el arroz sobre la nori y esparcirlo a lo largo.



Sin presionar, suavemente, extender el arroz con la yema de los dedos hasta cubrir toda la nori con una capa uniforme.

Nota: no debe verse la nori entre el arroz ni debe haber bolas de arroz.

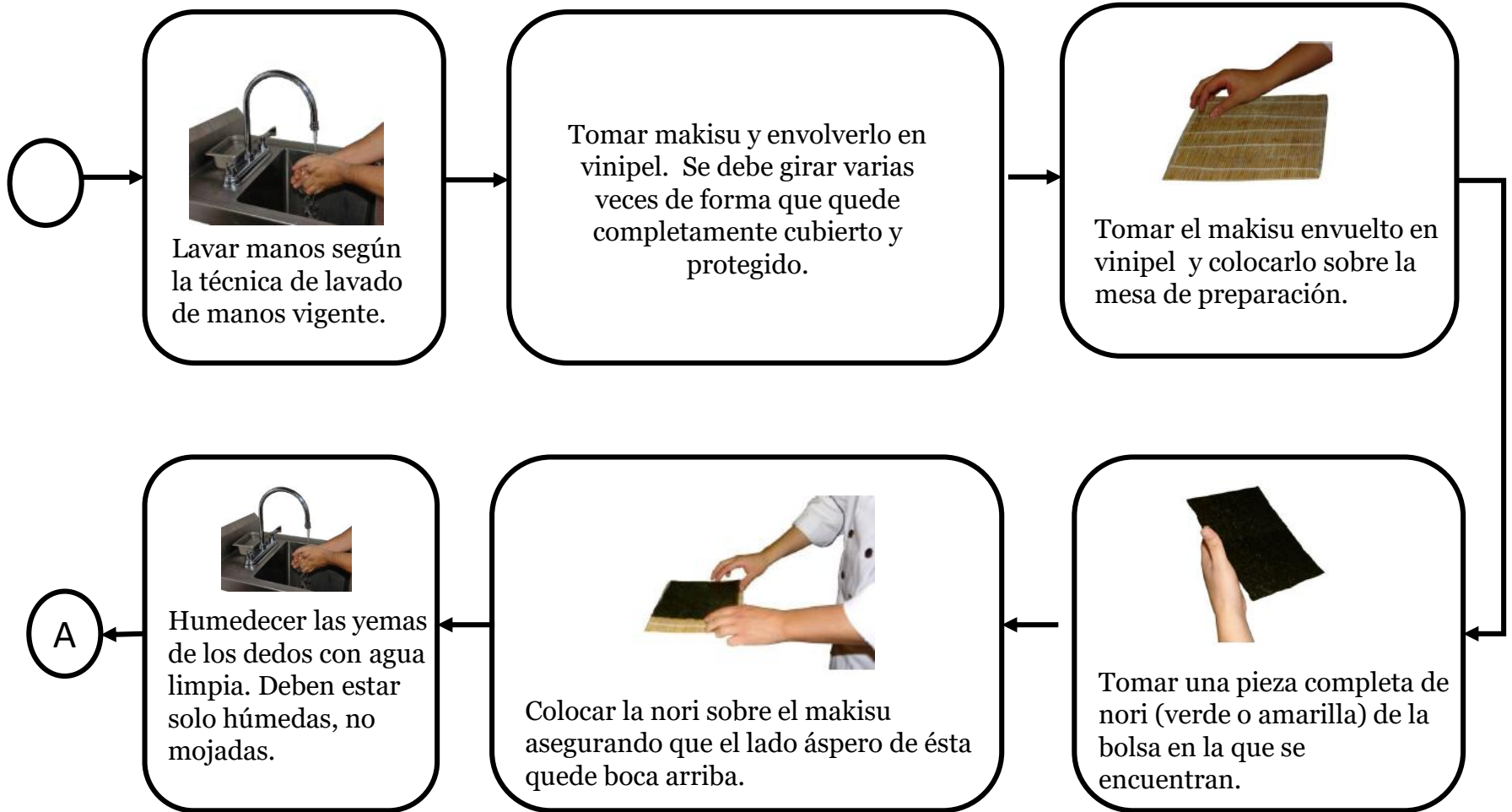






***NORI MAKI***

***Nori maki*** es el tipo de cama de los rollos que llevan la nori por fuera: Ebi tempura y mango, mayoko (o de pollo).





A



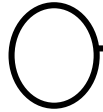
Tomar 150 g de arroz (Shari) y darle forma de ovoide.



Colocar el arroz sobre la nori y esparcirlo a lo largo.



Sin presionar, extender el arroz con la yema de los dedos hasta cubrir las dos terceras partes inferiores de la nori con una capa uniforme. Nota: no debe verse la nori entre el arroz ni debe haber bolas de arroz.



Lavar manos según la técnica de lavado de manos vigente.



Levantar el makisu, enrollando la nori sobre los ingredientes del maki, hasta que la punta del makisu quede 1 cm antes de que se termine la cama de arroz.



Presionar ligeramente con los dedos a lo largo del rollo formado una sola vez.



Si se trata de un ura maki ir al siguiente paso. Si se trata de un nori maki hacer lo que se indica a continuación: Levantar la punta del makisu y enrollar de nuevo dando otra vuelta.



Levantar la punta del makisu y enrollar de nuevo dando otra vuelta.

A



A



Presionar una vez con los dedos pulgar e índice a lo largo del rollo formado, de afuera hacia adentro.



Levantar la punta del makisu y jalar hacia adelante, desenrollando el maki.



Colocar el makisu sobre el maki elaborado, asegurando que un extremo del makisu esté alineado a la punta del rollo.



Retirar el *makisu* del *maki*.



Repetir últimos dos pasos para la otra orilla del makisu.



Dar ligeros golpes a la orilla del rollo para asegurar que no quede por fuera ningún ingrediente.



A



Dividir visualmente el rollo a la mitad y deslizar el cuchillo hacia el frente hasta cortar.



Colocar las dos mitades juntas en paralelo, asegurando que las orillas originales del rollo queden del mismo lado.



Dividir visualmente en tres la parte del rollo que no se ha cortado y deslizar el cuchillo hacia el frente hasta cortar esas piezas.



Cortar piezas de aproximadamente 2.5 cm en cada orilla deslizando el cuchillo hacia el frente hasta cortar. Cada vez que se haga un corte, limpiar el cuchillo.



Maki Empanizado

Maki Tempura

Maki Mar y Tierra

Maki Mango

Maki California  
Especial

Maki Spicy  
Salmón

Maki Salmón  
Ahumado

Maki Plátano

Maki  
Vegetariano



Para una porción de 10 piezas:

Producto	Ingredientes		
Maki Empanizado	 150 g de arroz	 Media pieza de <i>nori</i>	 Camarón 35 gramos
	 20 g de queso crema	 20 g de pepino	 Harina <sup>125</sup>
	 Huevo <sup>125</sup>	 Panko <sup>125</sup>	

ELABORACIÓN



1

Extender el arroz sobre el alga según lo indicado en Elaboración de camas de arroz



2

Voltear el alga para que quede hacia arriba.



3

Colocar 20 g de pepino sobre el alga y 20 g queso crema delante del pepino.



4

Tomar las piezas de camarón y colocarlas en el maki.



5

Enrollar el maki según lo indicado en Enrollado de Makis.



6

Enharinar el maki (girarlo) procurando cubrirlo por completo, Incluir las orillas, que deben quedar cubiertas completamente de harina.



7

Cubrir el maki con huevo. Introducir en el recipiente girándolo hasta que quede cubierto.



8

Introducir el maki en el recipiente con panko y girarlo hasta que quede completamente cubierto.



9

Tomar el maki y presionarlo con las dos manos para asegurar que el panko quede bien adherido.



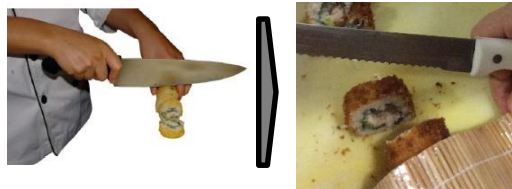


## ELABORACIÓN



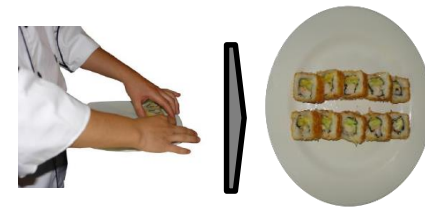
10

Meter el maki en la freidora a 180°C durante tres minutos o hasta que tomen un color dorado.



11

Retirar con pinzas el maki de la freidora y colocarlo en la mesa de preparación con ayuda de las pinzas y cortar el maki según como se indica en Corte de makis.



12

En un plato redondo colocar los rollos apilados en dos filas, acompañar con la salsa teriyaki preparada y unos ohashis. Adornar el plato con jengibre y wasabi.



Para una porción de 10 piezas:

<b>Producto</b>	<b>Ingredientes</b>		
 <p data-bbox="285 1011 479 1043">Maki Tempura</p>	 <p data-bbox="697 791 890 862">150 g de arroz (Shari)</p>  <p data-bbox="645 1233 923 1266">20 g de queso crema</p>	 <p data-bbox="1006 819 1329 852">Una pieza de <i>nori</i></p>  <p data-bbox="1012 1262 1325 1295">20 g de aguacate</p>	 <p data-bbox="1437 848 1663 881">35 g de camarón</p>  <p data-bbox="1412 1262 1707 1295">Pasta <i>tempura</i><sup>121</sup></p>



**ELABORACIÓN**



Extender el arroz sobre el alga según lo indicado en Elaboración de camas de arroz



Colocar los 20 g del queso crema al centro de la cama de



Agregar los 20 gramos de aguacate en tajadas pequeñas.



Estirar el camarón y sumergirlo en pasta tempura por completo, después pasar por huevo y panko.



Freírlo a 180°C hasta que se torne ligeramente dorado.



Colocar los camarones sobre el resto de los ingredientes.



Enrollar el maki según lo indicado en Enrollado de makis



Cortar el maki como se indica en. Corte de makis.



**Plato de makis (Cali)**  
Decorar el plato de la siguiente forma:



**ELABORACIÓN**



1

**Fontanar:** Colocar los makis en dos filas (5 a cada lado)



2

Tomar jengibre y hacer una florecita.



3

Adornar colocando salsa soya o teriyaki en tetero y la flor de jengibre.



4

Colocar la salsa a lo largo del plato.



5

Freírlo a 180°C hasta que se torne ligeramente dorado.



6

Colocar los camarones sobre el resto de los ingredientes.



7

Enrollar el maki según lo indicado en Enrollado de makis



8

Cortar el maki como se indica en. Corte de makis.













9

En un plato redondo colocar los rollos apilados en dos filas, acompañar con la salsa de soya preparada y unos ohashis. (6 unidades para Cali y 10 unidades para Fontanar)








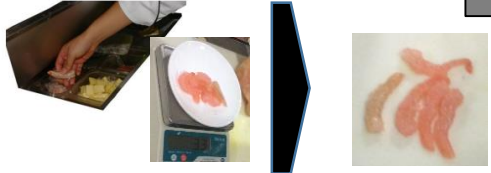





Para una porción de 10 piezas:

Producto	Ingredientes		
 <p data-bbox="359 968 513 996">Mar y tierra</p>	 <p data-bbox="629 611 794 675">150 g de arroz (Shari)</p>	 <p data-bbox="871 615 1054 665">Media pieza de <i>nori</i></p>	 <p data-bbox="1151 629 1267 694">35 g de camarón</p>
	 <p data-bbox="610 951 797 1015">20 g de queso crema</p>	 <p data-bbox="861 1008 1074 1029">20 g de aguacate</p>	 <p data-bbox="1132 953 1296 1018">35 g de lomo de res</p>
	 <p data-bbox="658 1365 765 1386">Harina<sup>129</sup></p>	 <p data-bbox="919 1365 1016 1386">Huevo<sup>129</sup></p>	 <p data-bbox="1180 1365 1277 1386">Panko<sup>129</sup></p>





**ELABORACIÓN**

<p>1</p>  <p>Extender el arroz sobre el alga según lo indicado en Elaboración de camas de arroz</p>	<p>2</p>  <p>Voltear el maki para que el alga quede hacia arriba.</p>	<p>3</p>  <p>Colocar 20 gramos de queso crema a lo largo del maki.</p>
<p>4</p>  <p>Sacar el camarón y colocarlo estirado junto al queso (verificar el peso del camarón-debe cubrir toda la superficie , de lado a lado).</p>	<p>5</p>  <p>Tomar 20 g de aguacate y colocarlo delante del camarón.</p>	<p>6</p>  <p>Colocar el lomo de res pre-cocido junto con el resto de los ingredientes.</p>
<p>7</p>  <p>Enrollar el maki según lo indicado en Enrollado de makis.</p>	<p>8</p>  <p>Enharinar el maki procurando cubrirlo por completo, incluir las orillas, que deben cubrirse.</p>	<p>9</p>  <p>Introducir el maki en el recipiente con huevo y girarlo hasta que quede completamente cubierto. Pasar por panko posteriormente.</p>

**Se debe tener un bowl con agua limpia para humedecer las manos cuando se esta preparando el maki.**





ELABORACIÓN

10



Freír a 180 °C durante tres minutos o hasta que tomen un color dorado.

11



Cortar el maki como se indica en Corte de makis.

12





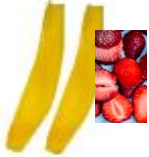






En un plato redondo colocar los rollos apilados en dos filas, acompañar con la salsa de soya preparada y unos ohashis.

13



Adornar con salsa soya o teriyaki y entregar para servir al cliente.



Producto	Ingredientes		
	 150 g de arroz (Shari)	 1 pieza de alga nori verde	 40 gramos de mango y 10 gramos de fresa
 Fontanar: 10 unidades <b>Mango</b>	 35 gramos de camarón	 15 g de aguacate	 20 g de queso crema.
	 Pasta tempura <sup>134</sup>	 30 g de coco rallado Coco <sup>122</sup>	





**ELABORACIÓN**



1

Colocar el alga sobre el makisu.



2

Extender el arroz sobre el alga según lo indicado en Elaboración de camas de arroz.



3

Colocar 20 g de queso crema sobre el arroz.



4

Agregar los 10 g de fresas en rebanadas finas.



5

Tomar los camarones cortados a lo largo y sumergirlo en pasta tempura por completo.



6

Introducir los camarones en el recipiente de coco rallado y girarlos hasta cubrirlos por completo.



7

Meter los camarones en la freidora a 180°C durante tres minutos o hasta que tomen un color dorado.



8

Colocar los camarones sobre el resto de los ingredientes.



9

Agregar el mango en tajadas finas.



Cali: 6 unidades



Fontanar: 10 unidades

**ELABORACIÓN**

10



Enrollar el maki según lo indicado en Enrollado de makis.

11











Cortar el maki según como se indica en Corte de makis.

12

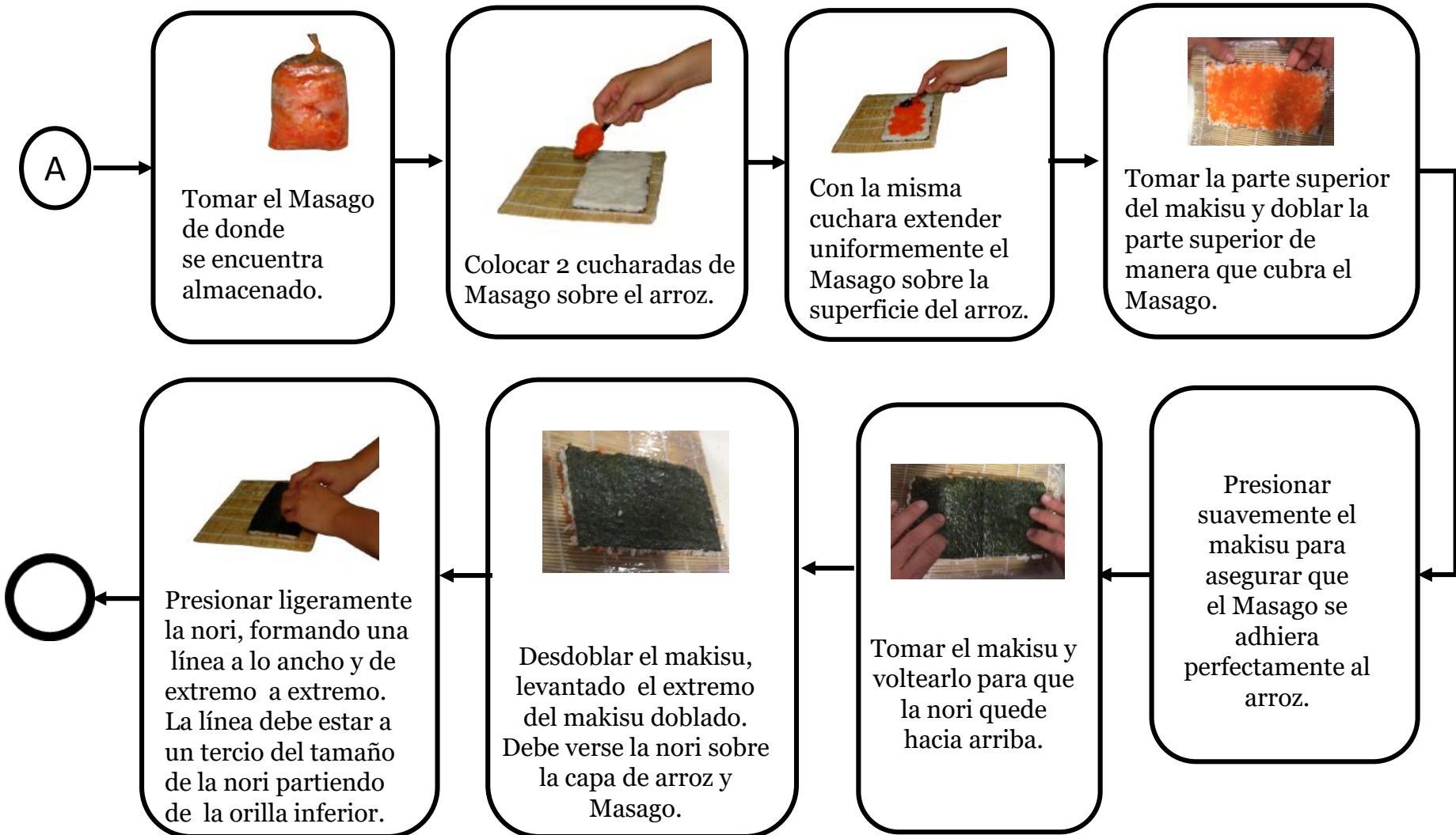


En un plato redondo colocar los rollos apilados en dos filas, adornar con salsa o fresas y acompañar con la salsa teriyaki y unos ohashis.



Producto	Ingredientes		
	 <p>150 g de arroz (Shari)</p>	 <p>Media pieza de <i>nori</i></p>	 <p>20 g de aguacate</p>
 <p>California especial</p>	 <p>20 g de queso crema</p>	 <p>20 g de pepino</p>	 <p>30 g de kanikama</p>
	 <p>20 g de masago</p>		

## Elaboración de Camas de Arroz Cama de Arroz con Masago





1



Agregar los 20 gramos de aguacate a lo largo.

2



Colocar el pepino, a lo largo.

3



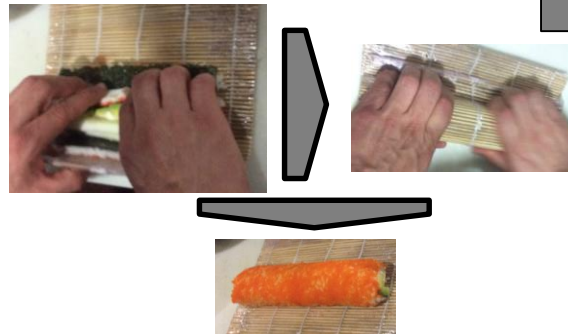
Agregar los 20 gramos de queso crema ,  
extendiéndolo.

4



Agregar el kanikama. Nota: si no se cubren  
los 30 g de kanikama, completar o quitar  
partiéndolo verticalmente.

5



Enrollar el maki según lo indicado en  
Enrollado de makis.

6



Finalmente, cortar el maki según como  
se indica en. Corte de makis.





Fontanar: 10 unidades



Fontanar: 10 unidades.  
Otra presentación.



Cali: 6 unidades



Cali: 6 unidades.  
Otra presentación.

7



En un plato colocar los rollos en dos filas, acompañar con la salsa de soya preparada y ohashis.

8



Adornar con jengibre.

9











Adornar también con wasabi.

10



Adornar con salsa soya.










Producto	Ingredientes		
 <p data-bbox="454 921 666 956"><i>Spicy</i> salmón</p>	 <p data-bbox="782 535 975 606">150 g de arroz (Shari)</p>	 <p data-bbox="1072 549 1294 614">Media pieza de <i>nori</i></p>	 <p data-bbox="1381 549 1603 614">20 g de salmón ahumado</p>
	 <p data-bbox="840 921 937 992">2 g de cebollín</p>	 <p data-bbox="1072 963 1294 999">20 g de pepino</p>	 <p data-bbox="1439 885 1545 992">20 g de queso crema.</p>
	 <p data-bbox="985 1349 1352 1385">10 gotas de salsa schiracha</p>		

**ELABORACIÓN**

<p>1</p>  <p>Extender el arroz sobre el alga según lo indicado en Elaboración de camas de arroz</p>	<p>2</p>  <p>Colocar el queso crema sobre el arroz tratando de cubrirlo totalmente.</p>	<p>3</p>  <p>Voltear el alga para que quede hacia arriba.</p>
<p>4</p>  <p>Agregar 20 gramos de pepino a lo largo del maki.</p>	<p>5</p>  <p>Agregar 2 gramos de cebollín picado.</p>	<p>6</p>  <p>Tomar los 20 gramos de salmón en láminas y colocarlo a lo largo del maki.</p>
<p>7</p>  <p>Enrollar el maki según lo indicado en Enrollado de makis.</p>	<p>8</p>  <p>Cortar el maki según como se indica en Corte de makis. En un plato redondo colocar los rollos en dos filas.</p>	<p>9</p>  <p>Acompañar con la salsa de soya preparada y unos ohashis. Colocar una gota de salsa Schiracha en cada uno de los makis. Adornar el plato con salsa.</p>





Producto	Ingredientes		
 <p data-bbox="511 868 743 896">Salmón ahumado</p>	 <p data-bbox="821 678 994 749">150 g de arroz (Shari)</p>  <p data-bbox="801 1099 1033 1128">10 g de alcaparras</p>	 <p data-bbox="1081 692 1265 749">Media pieza de <i>nori</i></p>  <p data-bbox="1120 1021 1236 1128">20 g de queso crema.</p>	 <p data-bbox="1352 692 1545 749">60 g de salmón ahumado</p>  <p data-bbox="1352 1099 1545 1128">20 g de pepino</p>



**ELABORACIÓN**

1



Extender el arroz sobre el alga según lo indicado en Elaboración de camas de arroz.

2



Tomar una porción de salmón ahumado del lugar donde se encuentre almacenado.

3



Colocar las láminas de 60 gramos de salmón sobre el arroz, tratando de cubrirlo.

4



Tomar la nori con la capa de arroz y voltearla para que este quede hacia arriba.



Cali: 6 unidades



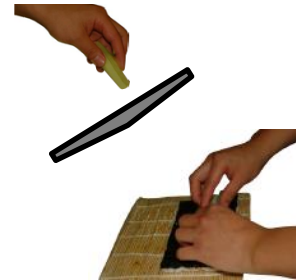
Fontanar: 10 unidades

**ELABORACIÓN**



5

Presionar ligeramente la nori, formando una línea a lo ancho y de extremo a extremo. La línea deberá estar aproximadamente a un tercio del tamaño de la nori, partiendo de la orilla inferior.



6

Agregar los 20 gramos de pepino a lo largo.



7

Colocar el queso crema sobre el pepino.



8

Picar las alcaparras y agregarlas de forma uniforme lo largo del maki.



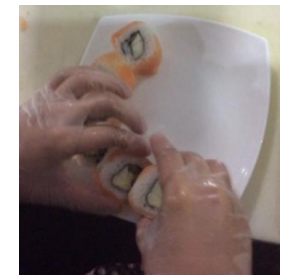
9

Enrollar el maki según lo indicado en Enrollado de makis.



10

Cortar el maki según como se indica en Corte de makis.



11

En un plato colocar los rollos apilados en dos filas, acompañar con la salsa de soya preparada y unos ohashis.



Producto	Ingredientes		
	 <p>150 g de arroz (Shari)</p>	 <p>½ pieza de nori verde</p>	 <p>50-60 g de plátano</p>
 <p>Ebi Plátano</p>	 <p>35 g de camarón</p>	 <p>15 g de aguacate</p>	 <p>20 g de queso crema.</p>



**Maki de 6 porciones (Limonar – Cali)**



**Maki de 10 porciones**  
**(Fontanar-Bogotá)**

**ELABORACIÓN**



Extender el arroz sobre el alga según lo indicado en

1



Tomar un plátano maduro de tamaño grande y empezar a pelarlo con ayuda de un cuchillo.

2



Una vez este pelado todo el plátano, tomar medio y cortar en tajadas finas.

3



Cortar tajadas muy finas, aproximadamente dos o tres (de 0.5 cm de diámetro máximo).

4





**ELABORACIÓN**



5

El peso de las tajadas debe estar aproximadamente entre 50 a 70gramos.



6

Colocar las tajadas de plátano en la freidora.



7

Sacar las tajadas cuando se encuentren ligeramente doradas.



8

Colocar las tajadas (4-5) sobre el arroz, cubriéndolo por completo y posteriormente voltear el alga.



9



10

Tomar los 20 gramos de pepino y colocarlo sobre el alga.



11

Pesar 40 gramos de camarón.



12

Colocar el camarón sobre el alga, al lado del pepino.



13

Tomar 20 gramos de queso crema.



**ELABORACIÓN**

14



Colocar el queso a lo largo del maki.

15



Enrollar el maki siguiendo la técnica de enrollado de makis. Este debe quedar completamente cubierto de plátano.

16



Cortar el maki según como se indica en Corte de makis.

17



En un plato redondo colocar los rollos en dos filas.

18












Adornar con jengibre y wasabi.

19



Adornar con salsa soya.



Producto	Ingredientes		
	 <p>150 g de arroz (Shari)</p>	 <p>1/2 pieza de nori verde</p>	 <p>20 gramos de lechuga</p>
	 <p>20 gramos de pepino</p>	 <p>20 gramos de aguacate</p>	 <p>20 g de queso crema.</p>
	 <p>2 gramos de cebollín</p>	 <p>20 gramos de zanahoria.</p>	





**ELABORACIÓN**



1  
Extender el arroz sobre el alga según lo indicado en Elaboración de camas de arroz. Colocar el alga amarilla sobre la cama de arroz.



2  
Voltear el alga.



3  
Tomar 20 gramos de lechuga en hojas pequeñas y colocarlo sobre el alga.



4  
Colocar 20 gramos de aguacate en tajadas.



5  
Adicionar la zanahoria.



6  
Agregar el pepino al otro lado de la zanahoria.



7  
Agregar el cebollín.



8  
Enrollar el maki siguiendo la técnica de enrollado de makis.



9  
Colocar ajonjolí blanco y negro a toda la superficie del maki.



10  
Cortar el maki siguiendo la técnica de corte de makis.



11  
Colocar una hoja de lechuga en el plato, a un extremo.



12  
Servir para entregar al cliente y adornar con salsa soya o teriyaki y una hoja de lechuga de la forma indicada a continuación.





ELABORACIÓN



**Maki de 10 porciones**  
**(Fontanar-Bogotá)**



**Maki de 6 porciones**  
**(Limonar – Cali)**



12

Servir una fila de makis en el plato.



13

Colocar la otra hilera de makis (10 makis para Fontanar).



14

Colocar 6 unidades en un plato.



15

Adornar con salsa teriyaki.



Base de Arroz para  
Yakimeshi



Yakimeshi  
Vegetariano



Yakimeshi  
Mixto



**TIEMPO DE ELABORACIÓN**

**10 min**



**MATERIAL DE TRABAJO**

MATERIAL DE TRABAJO	
1	Plancha
2	Espátulas
3	Báscula
4	Shamoji
5	Recipiente de policarbonato grande
6	Jarra Medidora

**PREPARACIONES PREVIAS**

PREPARACIONES PREVIAS	
1	Cortar la zanahoria en cubos de .5 x .5 cm
2	Cortar la calabaza en cubos de 1 x 1 cm
3	Meter la mantequilla en el horno de microondas por 30 segundos para derretirla.
4	Mezclar con sal, ajinomoto y pimienta.
5	Porcionar Salsa de soya



## ELABORACIÓN

1 Verter aceite sobre toda la parte de la plancha que se vaya a utilizar para cocinar el arroz y las verduras.

2 Vaciar la zanahoria picada y extenderla con las espátulas, para evitar una sobre cocción.  
(la zanahoria cortada en cubos de .5 x .5 cm)

3 Agregar la calabaza cortada en cubos 1 x 1 cm

4 Agregar el arroz cocido siguiendo los siguientes pasos: Si la olla aún se encuentra en la arrocera, tomarla con unos paños o guantes y jalarla hasta sacarla. Aflojar el arroz de la olla con ayuda de un Shamoji (o paleta de policarbonato). Tomar la olla (si está caliente, tomarla con ayuda de unos paños o guantes) de arroz y vaciarlo sobre la plancha (ésta de encontrarse bien caliente, ya que esto evitará que el arroz se pegue y/o bata). Sostener firmemente una de las espátulas sobre el arroz y con la otra golpearla rápidamente hasta extender el arroz sobre toda la plancha. Sostener boca abajo y de manera firme una de las espátulas sobre el arroz y con la otra espátula golpearla rápidamente para separar los granos de arroz.

5 Extender el arroz por toda la plancha para separarlo.



### ELABORACIÓN

6 Sobre el arroz cocido poner la mezcla de mantequilla con sal.

7 Agregar pimienta y ajinomoto.

8 Agregar soya.

9 Seguir mezclando con ayuda de las espátulas procurando tener cuidado de no romper el arroz.

10 Al terminar poner el arroz a enfriar a baño maría con hielo.

11 Mantener en refrigeración.



<b>PARA 1 KILO ARROZ</b>	
<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>
Aceite c/s	Suficiente
Arroz cocido	1 kg
Zanahoria cortada en cubos de .5 x .5 cm	250 g
Calabaza cortada en cubos de 1 x 1 cm	250 g
Cebolla	50 g
Salsa de Soya	100 g
Sal	8 g
Ajinomoto	8 g
Pimienta negra molida	2 g
Mantequilla derretida	60 g

Para días normales de afluencia, solo se debe prepara un kilo de base de arroz, solo para días de muy alta afluencia se deben preparar 2 kilos, este no debe permanecer mas de 48 horas en nevera. El tiempo de vida útil ideal es 24 horas.

<b>PARA 2 KILOS ARROZ</b>	
Aceite c/s	Suficiente
Arroz cocido	2 kg
Zanahoria cortada en cubos de .5 x .5 cm	500 g
Calabaza cortada en cubos de 1 x 1 cm	500 g
Cebolla	100 g
Salsa de Soya	200 g
Sal	16 g
Ajinomoto	16 g
Pimienta negra molida	4 g
Mantequilla derretida	120 g



MATERIAL DE TRABAJO	
	Espátulas
1	Ramequin
2	Bowl

PREPARACIONES PREVIAS	
1	Base de arroz Yakimeshi (1 bowl)

Producto	Ingredientes			
 Yakimeshi vegetariano	 180 g de arroz (Shari)	 40 g de germen de soya	 10 g de cebollín	
	<table border="1"> <thead> <tr> <th>TIEMPO DE ELABORACIÓN</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td><b>2 min</b></td> </tr> </tbody> </table>			TIEMPO DE ELABORACIÓN
TIEMPO DE ELABORACIÓN				
<b>2 min</b>				



## Yakimeshi Vegetariano



1

Lavarse las manos siguiendo la técnica de lavado de manos vigente.



2

Verificar la temperatura de la plancha. Esta se debe encontrar a 180°C (nivel medio de la perilla).



3

Colocar aceite en la plancha.



4

Colocar la base de arroz en un bowl.



5

Vaciar el arroz en la plancha.



6

Agregar el germen de soya midiéndolo en un condimentero o recipiente.



7

Agregar el cebollín.



8

Mezclar los ingredientes con ayuda de las espátulas.



9

Mezclar con cuidado de no romper el arroz ni aplastarlo.



10

Colocar el Yakimeshi en un tazón y servir.



11










Con la ayuda de la espátula retirar todos los residuos que quedaron en la plancha. y llevarlos a la caneca.

**TIEMPO DE ELABORACIÓN**

**2:30 min**

**MATERIAL DE TRABAJO**

	Espátulas
2	Ramequin
2	Bowl

Producto	Ingredientes		
 <i>Yakimeshi mixto</i>	 180 g de arroz (Shari)	 40 g de germen de soya	 10 g de cebollín
	 20 g de huevo	 30 g de tiras de pollo	
	 30 g carne molida (Panamá)	 30 g Camarón	 30 g lomo de carne en trocitos (Colombia)

## Yakimeshi Mixto



1

Lavarse las manos siguiendo la técnica de lavado de manos vigente.



2

Verificar la temperatura de la plancha. Esta se debe encontrar a 180°C (nivel medio de la perilla).



3

Colocar aceite en la plancha de forma que cubra la superficie de trabajo.



4

Colocar la base de arroz en un bowl.



5

Vaciar el arroz en la plancha.



6

Agregar el germen de soya midiéndolo en un condimentero o recipiente.



7

Agregar el cebollín.



8

Mezclar los ingredientes con ayuda de las espátulas.



9

Agregar el pollo y la carne cocinados y porcionados.



**Yakimeshi Mixto**



10

Mezclar los ingredientes con ayuda de las espátulas.



11

Agregar los 20 gramos de huevo.



12

Mezclar con cuidado de no romper el arroz ni aplastarlo.



13

Tomar un tazón limpio del lugar donde se encuentra almacenado.



14

Colocar el Yakimeshi en el tazón.



15

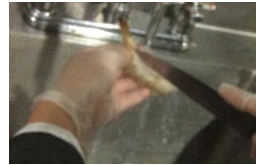
Con la ayuda de la espátula retirar todos los residuos que quedaron en la plancha. y llevarlos a la caneca.

**ELABORACIÓN**



1

Lavar los langostinos con agua de chorro en el lavaplatos.



2

Cortar los langostinos longitudinalmente y limpiarlos completamente. Pesar 40-42 g **Nota:** El cuchillo debe estar filoso para realizar los cortes sin deteriorar o despedazar el langostino.



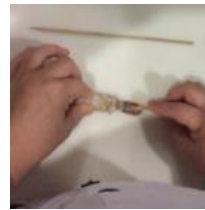
3

Presionar con las yemas de los dedos los costados de cada langostino, a lo largo, procurando no romperlo.



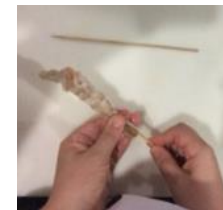
4

Tomar dos palos de madera (kushies) para los kushiagues. No tocar por el lado donde se colocará el queso.



5

Tomar los kushis (palitos) e insertar uno en cada langostino, comenzando por la cola del camarón, hasta llegar a la parte frontal.



6

Cuidar que la punta del kushi no salga por la parte frontal del langostino.



7

Extender el langostino a lo largo del kushi.



8

Hacer los mismos pasos con la segunda pieza de langostino.



9

Tomar la porción de 20 g queso crema.



ELABORACIÓN



10

Colocar una lámina de 10 g de queso sobre cada uno de los langostinos embrochetados.



11

Cernir la harina con un colador y dejar en un recipiente rectangular o en un plato.



12

Tomar el kushiague por el kushi, girarlo dentro del recipiente con harina hasta que se cubra completamente y darle leves golpes en las paredes del recipiente para sacudir el exceso de harina.



13

Tomándolo por el kushi, sumergir el kushiague en el recipiente con huevo. ( el kushiague se debe pasar por huevo y panko tres veces).



14

Pasar el langostino embrochetado por el panko, cubriéndolo completamente.



15

Con una mano sostener el kushi y con la otra presionar el queso y el langostino para que el panko se adhiera perfectamente. Retirar el panko adherido al kushi.



16

Si no se va a realizar a la minuta, colocar los kushiagues de manera horizontal en un recipiente de policarbonato limpio marcado con fecha y nombre del Cinepolito.



17

Si se va a realizar a la minuta, repetir el procedimiento para apanar la segunda pieza.





### ELABORACIÓN



Meter los kushiagues a la freidora caliente durante tres minutos a 180 °C hasta que el empanizado tome un color dorado.



18



19

Enplatar colocándolos dos kushiagues en el plato rectangular.



20

Entregar para servir al cliente.



## ELABORACIÓN



1

Cortar las 4 porciones de queso doble crema (cada porción de queso es de 30 g) en forma de rectángulo.



2

Colocar cada porción de queso en el palito correspondiente.



3

Acomodar el queso para que queden dos porciones en cada palito, separados.



4

Cubrir toda la superficie de cada brocheta con harina de trigo.



5

Después pasar por huevo.



6

Finalmente pasar por panko, cubriendo completamente la superficie.



7

Volver a pasar por huevo.



8

Asegurarse que queden completamente cubiertos de huevo.



9

Pasar posteriormente por harina, cubriéndolos por completo.



**ELABORACIÓN**



10

Volver a realizar un apanado con huevo y panko.



11

Pasar por huevo de nuevo.



12

Volver a pasar por huevo, completando tres apanados.



13

Freír a 180°C hasta dorar.



14

Sacar de la freidora cuando se encuentre completamente dorado, no dejar quemar.



15

Colocar en plato rectangular y entregar para servir al cliente.



**Características**

Arroz con textura perfecta. El grano debe estar un poco suelto. No debe estar muy frío.



**Preparación**



1

Elaborar cuatro porciones de arroz para sushi de 40 gramos.



2

Tomar el arroz con guantes y empezar a moldearlo, sin oprimirlo demasiado.



3

Cada porción de arroz, debe tener forma de ovalo y ser del mismo tamaño.



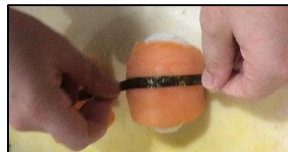
4

Colocar un trozo de salmón en cada porción de arroz que lo cubra completamente. El corte de salmón debe ser uniforme.



5

Las cuatro porciones deben tener las mismas características.



6

Cortar una tira muy delgada de alga de nori (aproximadamente medio centímetro) y envolver todo el Nigiri.



7

Asegurarse que las tiras de algas queden a la misma altura y tengan el mismo tamaño. Colocar las cuatro porciones en un plato , adornar con salsa soya y entregar para servir al cliente.



### Características

Arroz con textura perfecta. El grano debe estar un poco suelto. No debe estar muy frío. Langostino de color característico, con marcas transversales.



### Preparación

1



Tomar 2 (dos) langostinos tigres de la nevera de congelación. Sacar de su empaque plástico.

2



Los langostinos deben pesar aproximadamente 35 gramos cada uno.

3



Dejar los langostinos en un inserto o cambro con agua, asegurándose que el agua los cubra. Dejar por aproximadamente 2-3 minutos.





**Preparación**



4

Sacar los dos langostinos del agua y colocar en un plato.



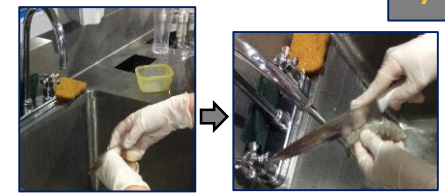
5

Retirar el caparazón que cubre a los mariscos junto con la vena que se encuentra en la parte del lomo de éstos.



6

Abrir los langostinos con un cuchillo.



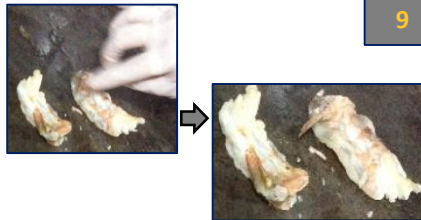
7

Lavarlos con chorro de agua. Si aún no se encuentran completamente abiertos o tienen algo de caparazón usar un cuchillo para retirarlo o abrirlo.



8

Llevar a la plancha a fuego medio.



9

Dejar en la plancha por unos minutos hasta obtener un color ligeramente dorado.



10

Tomar dos porciones de arroz para sushi de 80 gramos.



11

Tomar el arroz con guantes y empezar a moldearlo, sin oprimirlo demasiado.



12

Cada porción de arroz, debe tener forma de ovalo y ser del mismo tamaño.



13

Colocar un poco de queso crema encima de la bolas de arroz (aprox. 10 g por cada uno), para que sirvan de pegamento a langostino.



14

Colocar el arroz en el plato y agregar los langostinos encima de cada una de las bolsas.



15

Agregar una tira delgada de alga de nori para asegurar el langostino a la bola de arroz. Adornar el plato con salsa soya.



<b>Tabla de Cambios</b>		
<b>Versión</b>	<b>Descripción de Cambios</b>	<b>Fecha</b>
01	Versión Inicial	30/07/2015
02	<p>Se agregan tablas para la preparación de vinagre, arroz y Yakimeshi.</p> <p>Se cambia presentación de Nigiri de Salmón. Salmón.</p> <p>Se agrega maki vegetariano.</p> <p>Se especifica la forma de afilar el cuchillo.</p> <p>Se agregan fotos del paso a paso del corte de de mango.</p> <p>Se incluyen las actividades de habilitación para la mesa fría.</p> <p>Se modifica el paso a paso del kushiague de queso.</p> <p>Se agregan fotos de la presentación de los sushis en Colombia.</p> <p>Se modifican cantidades de masago en el sushi california especial.</p>	15/09/2015





<b>Tabla de Cambios</b>		
<b>Versión</b>	<b>Descripción de Cambios</b>	<b>Fecha</b>
03	<p>Se cambio el gramaje del camarón para cada maki, dejando todos todos los makis con un gramaje de 35 gramos.</p> <p>Se cambiaron los nombres de lo siguientes makis: Ebi Tempura, Tempura, Ebi Plátano, Ebi Empanizado, quitándoles la palabra Ebi.</p> <p>Se modifica la cantidad de cebollín, a los makis que lo llevan dejando solamente 2 gramos.</p> <p>Se cambian las fotos y la información donde aparece alga amarilla, amarilla, por verde.</p> <p>Se especifica la presentación de la carne para el Yakimeshi en Colombia.</p> <p>Página 75 y 76, se cambió la foto de alistamiento y freído del camarón por una más clara.</p> <p>Pagina 77, se agrega una foto mostrando el peso del camarón y otra mostrando como debe estar el camarón al momento de colocarlo en el alga(fracturado-estirado). Se especifica que el camarón debe ir de lado a lado en toda la superficie del maki.</p> <p>Pagina 79, se agrego una foto para el corte de maki mar y tierra</p>	13/10/2015