

## Bouillon de base japonais (dashi)

Le dashi est un bouillon fondamental de la cuisine japonaise, confectionné à partir de poisson (bonite) et d'algues (kombu) séchés.

Il en existe deux variantes :

l'Ichiban dashi (ou fond de bouillon premier) est le plus fort en goût. Il est utilisé pour les plats où la saveur du dashi est primordiale, tels que les soupes ou les condiments. Pour les ragoûts et autres plats où le dashi est plus une composante d'arrière-plan, le Niban dashi (ou fond de bouillon second), réalisé à partir du poisson et des algues récupérés lors de l'élaboration de l'Ichiban dashi, conviendra très bien.

---

Quantité : pour un litre de bouillon - Durée totale : 30 minutes

---

### Ingrédients

- 8 g de kombu
- 20 g de copeaux de bonite (katsuobushi)
- eau

### Préparation

#### Ichiban dashi (fond de bouillon premier)

1. Dans une casserole, préparer un litre de [bouillon de Kombu](#).
2. Réserver le kombu.
3. Rajouter 1 petit verre d'eau froide et les copeaux de bonite dans la casserole. Faire chauffer à feu doux et sans remuer.
4. A ébullition, couper le feu et attendre que les copeaux de bonite retombent d'eux-même (environ 2 minutes).
5. Passer le bouillon au chinois.
6. Conserver le kombu et les copeaux de bonite égouttés pour confectionner un Niban dashi par la suite.

#### Niban dashi (fond de bouillon second)

1. Verser 1 L d'eau dans une casserole avec les copeaux de bonite et le kombu de l'Ichiban dashi.
2. Faire chauffer à feu doux.
3. A ébullition, baisser le feu et laisser infuser pendant 5 à 10 minutes sans laisser bouillir.
4. Passer le bouillon au chinois.

---

### Remarques ou suggestions

- Les copeaux de bonite et le kombu de l'Ichiban dashi se conservent 2 à 3 jours au réfrigérateur. Il peuvent aussi être congelés après avoir été recouverts d'eau.
- Les copeaux de bonite sont parfois difficiles à trouver. Éventuellement, les remplacer par 10 à 15 g de thon albacore fumé haché grossièrement. Pas de Niban dashi dans ce cas.
- On trouve dans les épicerie asiatiques du dashi instantané, en poudre, en granulés ou en concentré. Dilués dans de l'eau, ces produits peuvent constituer un substitut valable au dashi traditionnel mais il faut savoir qu'il contiennent habituellement beaucoup de glutamate et de sel.



## **Bouillon de base japonais (dashi)**

Une recette de Lucullent ! Testé (et mangé) pour vous...

---

*Publié par Lucullent le 5 mars 2012. Dernière modification le 17 septembre 2012.*