



OPEN DAY ASSOCIAZIONE FUJI

OBENTŌ

In occasione dell'Open Day dell'associazione Fuji che si terrà il prossimo 29 ottobre a Brescia, V. del Castello 10, presso il Chiostro di S. Pietro in Oliveto, sarà possibile gustare un obentō, ovvero il classico cestino del pranzo che normalmente i giapponesi consumano durante i pic-nic, o nelle pause pranzo al lavoro o ancora durante i lunghi viaggi in treno. Ogni cestino contiene tutte le portate per un pasto leggero e completo.

Gli obentō saranno preparati da Irori (Sushi at home) su prenotazione. Le proposte sono:

- | | |
|---|---------|
| 1 Vegetariano con ganmodoki (polpette di tofu, verdure e hijiki) e polpette di spinaci e nocciole | € 11,50 |
| 2 Tsukune al salmone (spiedini di salmone grigliati con salsa della casa) | € 12,50 |
| 3 Sakana karaage (pesce bianco leggermente marinato e fritto) | € 11,50 |
| 4 Katsu curry (pollo al curry) | € 12,50 |

Le portate principali sono accompagnate da orzo e umeboshi (menu 1 e 2) o riso e umeboshi (menu 3 e 4), azuki zucca e kombu (indicato dalla macrobiotica come valido aiuto al sistema immunitario), fagiolini al sesamo, tsukemono (verdure pressate acidulate)

Oltre agli obentō, saranno disponibili anche delle vaschette di sushi (senza contorni):

- | | |
|--|---------|
| 5 mix aoto (mix classico a base di pesce - 13 pezzi) | € 21,00 |
| 6 mix veggy (mix vegano - 12 pezzi) | € 18,40 |

Sarà inoltre possibile degustare gli onigiri, ovvero "polpette" di riso ai gusti wasabi e frittata, salmone cotto e spinaci, tonno e sesamo, funghi shiitake e umeboshi e frittata; si consiglia la prenotazione. Gli onigiri saranno disponibili durante tutto il pomeriggio (fino ad esaurimento scorte)

A fine giornata ci sarà l'aperitivo alla giapponese: birra (500ml) ed edamame (fagiolini verdi); in questo caso non è richiesta alcuna prenotazione € 4,50

Il termine ultimo per la prenotazione è il 28 ottobre; per ulteriori informazioni e per prenotare rivolgersi direttamente a Irori, presso i seguenti recapiti:

tel. 030/5059421 (orari 9:00-14:00, 18:00-21:30)

e-mail: info@irorisushiathome.it

Gli obentō saranno consegnati direttamente per l'ora di pranzo: vi aspettiamo il 29 ottobre alle ore 12:30 per mangiare in nostra compagnia!

