

Księga Menu — Księga Menu - Steakhouse Reykjavik (Nordic-Asian)

Dokument generowany przyrostowo przez chefAgent. Nie edytuj ręcznie sekcji między znacznikami.

Przegląd

Księga Menu - Kolfyr & Umami (Charcoal & Umami)

Wprowadzenie do Konceptu

Niniejszy dokument przedstawia kompletną, profesjonalną **Księgę Menu** dla restauracji typu upscale steakhouse zlokalizowanej w Reykjavíku na Islandii. Koncept nosi roboczą nazwę **Kolfyr & Umami** (Węgiel Drzewny & Umami). Łączy on pierwotną siłę islandzkiego ognia, lokalnego terroir i zimnowodnych owoców morza z rygorem, finezją oraz głębią japońskich i koreańskich fermentacji (miso, shoyu, doenjang, czarny czosnek).

Główne Założenia Projektu

- Nazwa projektu:** Steakhouse Reykjavik - Nordic-Asian Concept (Kolfyr & Umami)
- Lokalizacja:** Reykjavík, Islandia (terroir arktyczny)
- Segment rynku:** Premium / Upscale Steakhouse
- Format:** À la carte z dwiema ścieżkami: tradycyjne steki z grilla węglowego oraz autorskie, kompletne dania rybne i owoce morza jako alternatywa dla mięsa.
- Sercem kuchni:** Grill węglowy opalany dębem (Robata / Josper) - dający dymny, ognisty charakter, uzupełniony przez precyzyjne cyrkulatory sous-vide do ryb i chudszych lokalnych cięć.
- Dojrzewanie mięsa:** Przeszkłone szafy do sezonowania wołowiny na sucho (*dry aging*) bezpośrednio na sali restauracyjnej (min. 28-45 dni).

Cele Kulinarne-Strategiczne

- Dwoistość wołowiny:** Wykorzystanie unikalnego charakteru lokalnej, mineralnej, bardzo chudej wołowiny islandzkiej (wymagającej dłuższego dojrzewania i precyzyjnego bastowania) obok wysokiej klasy, bogato marmurkowych cięć importowanych (USDA Prime Black Angus, japońskie Wagyu A5).
- Zapobieganie zmęczeniu sensorycznemu (Fatigue Rotation):** Zróżnicowanie technik (surowe/cured, sous-vide, grill węglowy, popiół, fluid gele, espumy z syfonu), rotacja dominujących aromatów i dynamiczny łuk temperatur na talerzu.
- Optymalizacja marży (Menu Engineering):** Zaprojektowanie steku z lokalnego antrykotu dojrzewającego jako głównej gwiazdy o najwyższej marży, podczas gdy importowane Wagyu A5 i filet mignon pozycjonowane są jako "łamacze wizerunkowi" (Puzzle/Plowhorse).

Profil klienta

Profil Projektu i Założenia Konceptyjne

1. Tożsamość Restauracji i Filozofia Kuchni

Restauracja to nowoczesny **Nordic-Asian Steakhouse** w Reykjavíku, łączący surowość i czystość islandzkich składników z mocą ognia z węgla drzewnego oraz głębią azjatyckich smaków fermentowanych. Nasza filozofia opiera się na kontraście:

- Nordycka Czystość:** Korzystanie z najświeższych lokalnych ryb (golec, dorsz), owoców morza (langustyny z Höfn) oraz islandzkiej, mineralnej wołowiny z wolnego wybiegu.
- Azjatyckie Umami:** Wprowadzenie japońskich i koreańskich technik fermentacji (miso, shoyu, gochujang), czarnego czosnku, dashi, yuzu oraz sezamu w celu maksymalizacji smaku (*kokumi* i *umami*).
- Żywiot Ognia:** Sercem kuchni jest grill opalany węglem drzewnym (typu Robata lub Josper), który nadaje dymny charakter stekom, warzywom i owocom morza.

2. Profil Gościa i Budżet (Target)

- Segment:** Premium / Upscale Dining. Rynek turystyczny poszukujący unikalnych islandzkich doświadczeń oraz zamożna klientela lokalna.
- Format Serwisu:** À la carte z wyraźnie wydzielonymi sekcjami: przystawki, steki (z możliwością doboru sosów i dodatków), gotowe dania rybne (jako kompletne kompozycje) oraz desery.
- Średnia Cena (Wskaźnik):** Poziom premium – adekwatny do cen rynkowych w Reykjavíku dla restauracji fine dining/upscale.

3. Wytyczne Operacyjne i Technologiczne

- Sercem kuchni:** Grill węglowy (Josper/Robata) – praca w temperaturach 300°C–400°C dla uzyskania idealnego zwęglenia zewnętrznego i zamknięcia soków.
- Sous-vide (Cyrkulatory):** Precyzyjne hartowanie i gotowanie ryb (golec arktyczny w niskiej temperaturze 42°C dla tekstury "mi-cuit") oraz wstępne zmiękczenie chudszych, lokalnych cięć wołowych przed grillowaniem.
- Sezonowanie na sucho (Dry Aging):** Prezentacja i proces sezonowania lokalnej wołowiny (min. 28–45 dni) bezpośrednio w lokalu w przeszklonych szafach. Podbija to koncentrację smaku i kruchość mięsa.

4. Architektura Menu À La Carte

- Zimne i Ciepłe Przystawki (Starters):** Lekkie, pełne kontrastu, łączące surowość z ogniem (np. tatar wołowy z shiso i ponzu, grillowane langustyny z masłem miso).
- Steki (The Cuts):** Podział na cięcia lokalne (dry-aged, mineralne, chude) oraz importowane (marbled Black Angus USDA Prime, Wagyu A5). Smażone/grillowane na węglu, wykończone masłem dashi-shoyu.
- Sosy (The Sauces):** Unikalne połączenia klasyki z Azją (np. Bearnaise z yuzu, demi-glace z czarnym czosnkiem, zielone chimichurri z wasabi i kolendrą).
- Dodatki (Side Dishes):** Warzywa z grilla węglowego i skrobiowe dodatki z azjatyckim twistem (np. purée ziemniaczane z palonym masłem i miso, grillowany brokuł gałązkowy z sezamem i gochujang).
- Dania Rybne i Seafood (Seafood Mains):** Kompletne dania skomponowane przez szefa kuchni, gdzie ryba lub owoce morza są połączone z dedykowanymi dodatkami i sosami.

Rozpoznanie (menu + opinie)

Rekonesans i Analiza Rynku (Reykjavík)

1. Krajobraz Gastronomiczny Reykjavíku

Reykjavík to rynek zdominowany przez turystykę premium oraz lokalną klasę średnią poszukującą unikalnych, rzemieślniczych konceptów. Istniejące restauracje typu steakhouse i grill (np. *Grillmarkaðurinn*, *Apotek*, *Hereford*) kładą silny nacisk na islandzkie surowce, ogień oraz spektakularną oprawę. Rynek ten wymaga od konceptów z półki *premium* nie tylko doskonałej jakości mięsa, ale i wyrazistej tożsamości – stąd połączenie **ognia (grill węglowy)**, **lokalnego terroir (kuchnia nordycka)** i **głębi umami (akcenty azjatyckie)** idealnie wypełnia niszę modern-steakhouse.

2. Dwoistość Wołowiny: Islandzka vs. Importowana

- Islandzka wołowina (Local Beef):** Pochodzi od rasy krów sprowadzonych przez wikingów, która pozostała genetycznie odizolowana przez ponad 1000 lat. Zwierzęta żywią się islandzkimi trawami i ziołami. Mięso jest niezwykle czyste, chude, o mocno krwistym, nieco trawiastym i mineralnym profilu smakowym. Ze względu na niską zawartość tłuszczu śródmięśniowego (marmurkowatości), wymaga precyzyjnej obróbki (często sous-vide przed grillem) oraz dłuższego sezonowania na sucho (*dry aging*), które naturalnie koncentruje smaki i rozбивa włókna kolagenowe.
- Wołowina importowana (Imported Beef):** Amerykański Black Angus (USDA Prime) oraz japońskie Wagyu (A5) dostarczają brakującej w lokalnej wołowinie marmurkowatości. Tłuszcz śródmięśniowy tych ras stanowi doskonały nośnik smaku, który w połączeniu z dymem z węgla drzewnego i azjatyckimi glazurami (miso, czarny czosnek) daje spektakularne rezultaty sensoryczne.

3. Nordyckie Składniki & Azjatyckie Akcenty (Fusion Synergy)

- Ryby i owoce morza:** Islandzkie langustyny (*Humar*) z Höfn, dziki golec arktyczny (*Arctic Char*), gruby, mięsisty dorsz atlantycki (*Cod*) oraz przegrzebki. Te zimnowodne proteiny charakteryzują się zwartym, słodkawym mięsem. Doskonale łączą się z azjatyckimi tonami – dashi z wodorostów, pastą miso, cytrusami yuzu, ponzu oraz imbirem.

- **Zioła i flora:** Arktyczny tymianek (*blóðberg*), dziki szczaw, jagody leśne (bażyna, borówki). Te leśne, żywiczne aromaty zostaną sparowane z przyprawami azjatyckimi (czarny i zielony pieprz syczuański, imbir, sezam) jako mosty aromatyczne.

4. Pozycjonowanie i Karta Menu

Koncept pozycjonowany jest jako **Premium Upscale Steakhouse**. Architektura menu opiera się na:

- **Przystawkach (Starters):** Lekkich, dynamicznych, kontrastowych (surowe ryby, tatar wołowy z azjatyckim twistem), które pobudzają apetyt.
- **Stekach (Steaks):** Gdzie gość wybiera cięcie (lokalne dry-aged lub importowane premium), stopień wysmażenia, a osobno dobiera rzemieślnicze sosy i side dishes.
- **Daniach Rybnych (Seafood Mains):** Skonstruowanych jako pełne, gotowe, zbalansowane talerze (alternatywa dla steków).

Menu

Wersja 2

Przystawki Zimne (Cold Starters)

Tatar z wołowiny islandzkiej | Icelandic Beef Tartare

Ręcznie siekana chuda wołowina islandzka aromatyzowana domową oliwą z węgla drzewnego, żółtko jaja konfitowane w shoyu, majonez z sfermentowanego czarnego czosnku, piklowana gorczyca, chips z tapioki z algami nori, świeży szczawik.

Tekstury: creamy, chewy, crispy, smooth · Temp: cold · gluten-free | dairy-free ⚠️ soja, jaja, gorczyca 🍷 Pinot Noir, Bourgogne Rouge, Domaine de Colette, France 🍹 Cold brew z herbaty Genmaicha z sokiem ze sfermentowanego agrestu.

Aburi Sashimi z Golca Arktycznego | Seared Arctic Char Aburi Sashimi

Plasterki golca arktycznego delikatnie opalone palnikiem od strony skóry (aburi-style) na grillu węglowym robata, lekko peklowanego w soli z arktycznym tymiankiem, słodko-kwaśny żel z ponzu, tarta rzodkiew daikon, olej ze świeżego szczypiorku, chrupiący suszony jarmuż (crisp kale), sól morską z islandzkich alg.

Tekstury: buttery, seared-crisp, crunchy-kale, crisp-daikon, smooth-gel · Temp: cold · gluten-free | dairy-free ⚠️ ryby, soja 🍷 Grüner Veltliner, Federspiel, Wachau, Austria 🍹 Napar z trawy cytrynowej, imbiru i dzikiego tymianku, podawany na zimno z bąbelkami.

Pieczony Burak z Dymu | Charcoal-Smoked Icelandic Beetroot

Wolno pieczony lokalny burak islandzki w popiele z węgla drzewnego w piecu Josper, puszysty krem z organicznego tofu i jasnej pasty shiro miso, domowa konfitura z leśnych jagód bażyny, chrupiąca prażona gryka (buckwheat), jasny olej szczypiorkowy. 100% roślinna i bezglutenowa przystawka o głębokim smaku.

Tekstury: tender-fleshy, creamy-smooth, crunchy-grain, fluid-sauce · Temp: warm-cold · vegan | vegetarian | gluten-free | dairy-free ⚠️ soja 🍷 Gamay, Beaujolais-Villages, France 🍹 Tłoczony sok z buraka i czarnej porzeczki z dodatkiem wędzonej herbaty Lapsang Souchong.

Przystawki Ciepłe (Warm Starters)

Grillowane Langustyny z Höfn | Grilled Icelandic Langoustines

Lokalne langustyny z Höfn grillowane na węglu drzewnym Robata, glazurowane masłem z koreańskiej pasty chili gochujang, chrupiące prażone orzechy laskowe, lekka i eteryczna piana z trawy cytrynowej oraz imbiru.

Tekstury: meaty, buttery, crunchy, airy · Temp: warm-hot · gluten-free ⚠️ skorupiaki, mleko, orzechy, soja 🍷 Riesling Dry, Kabinett, Mosel, Germany 🍹 Nektar z rokitnika z tonikiem rzemieślniczym i tłoczonym imbirem.

Przegrzebki z dymu i dashi | Smoked Scallops & Dashi

Przegrzebki ręcznie łowione z islandzkich fiordów Zachodnich, krótko opalone bezpośrednio nad rozżarzonym węglem dębowym, podane w esencjonalnym, klarownym bulionie dashi z wodorostów kombu z dodatkiem islandzkiego masła, świeży imbir, cieniutko krojony piklowany seler korzeniowy, szczypior, chrupiące chipsy czosnkowe (garlic chips).

Tekstury: tender, crisp-garlic, liquid, buttery · Temp: warm-hot · gluten-free ⚠️ mięczaki, soja, mleko 🍷 Chablis 1er Cru, Burgundy, France 🍹 Woda kokosowa infuzowana paloną zieloną herbatą Hojicha i ogórkiem.

Karta Steków z Grilla Węglowego (Charcoal-Fired Steaks)

Lokalny Ribeye Sezonowany na Sucho | Local Dry-Aged Ribeye (300g)

Islandzka wołowina z wolnego wybiegu, sezonowana na sucho w restauracyjnych szafach przez min. 35 dni. Niezwykle wyrazisty, krwisto-mineralny i głęboki smak z dymnymi nutami węgla drzewnego. Wykończony na grillu rzemieślniczym masłem z wędzonego lokalnego szpiku kostnego i soli morskiej Maldon.

Tekstury: crusted, tender, juicy, melting · Temp: hot · gluten-free ⚠️ mleko 🍷 Syrah, Crozes-Hermitage, Northern Rhône, France 🍹 Napar z palonych ziaren jęczmienia (Mugicha) infuzowany korą dębu i suszoną śliwką.

Importowany Filet Mignon Black Angus | Imported USDA Prime Filet Mignon (250g)

Najwyższej klasy importowany Black Angus z USA. Wyjątkowo soczyste, miękkie i marmurkowe cięcie o maślanej strukturze, grillowane na mocno rozżarzonego węgla drzewnym, bastowane palonym masłem noisette, czosnkiem i gałązkami świeżego rozmarynu.

Tekstury: soft, juicy, crisp-crusted · Temp: hot · gluten-free ⚠️ mleko 🍷 Cabernet Sauvignon, Napa Valley, California, USA 🍹 Sok z czarnej borówki z octem balsamicznym z modeny i gałązką rozmarynu.

Japońskie Wagyu A5 Strip Loin | Japanese Wagyu A5 Strip Loin (per 100g)

Najwyższa możliwa klasa marmurkowatości wołowiny (BMS 10-12) z prefektury Kagoshima w Japonii. Szybko flambirowane i grillowane na węglu drzewnym Robata, podawane bez dodatkowych glazur, wyłącznie z solą z islandzkich alg oraz świeżo tartym wasabi w celu zachowania czystego, maślanego smaku. Słodki tłuszcz rozpląwa się na języku.

Tekstury: melting, velvety, seared · Temp: warm-hot · gluten-free | dairy-free 🍷 Barolo, Piedmont, Italy (vintage with high acidity/tannins to cut the fat) 🍹 Wytrawna japońska zielona herbata Sencha z dodatkiem świeżego ogórka i mięty.

Rzemieślnicze Sosy do Steków (Craft Sauces)

Yuzu Kosho Béarnaise Espuma

Klasyk francuski emulsyjny sos berneński z masła i żółtek aromatyzowany estragonem i szalotką, przełamany japońską pikantną, cytrusową pastą yuzu kosho z zielonych papryczek chili i skórki yuzu. Podawany w formie ciepłej, lekkiej jak chmurka piany z syfonu.

Tekstury: airy, creamy, smooth · Temp: warm · gluten-free ⚠️ jaja, mleko 🍷 Champagne Brut, France 🍹 Sok jabłkowy tłoczony na zimno z dodatkiem soku z yuzu i imbiru.

Galbi Demi-Glace Fluid Gel

Tradycyjny francuski ciemny sos mięsny zredukowany przez 72 godziny z kości wołowych, aromatyzowany koreańską marynatą Galbi: ciemnym sosem sojowym shoyu, słodką pulpą z gruszek nashi, czarnym czosnkiem, miodem i olejem sezamowym. Zamieniony w gęsty, błyszczący fluid gel.

Tekstury: fluid-gel, glossy, smooth · Temp: warm · gluten-free | dairy-free ⚠️ soja, sezam 🍷 Amarone della Valpolicella, Veneto, Italy 🍹 Napar z wędzonej herbaty lapsang souchong z syropem ze śliwek umeboshi.

Shiso & Ginger Chimichurri

Orzeźwiający sos ziołowy, w którym tradycyjną natkę pietruszki i oregano zastąpiono świeżymi liśćmi japońskiego shiso (perilla), kolendrą, dymką oraz tartym świeżym imbirem, emulsyfikowany z olejem sezamowym, octem ryżowym i koreańskimi płatkami gochugaru.

Tekstury: chunky, crunchy, oily · Temp: room-temperature · gluten-free | dairy-free | vegan ⚠️ sezam 🍷 Sauvignon Blanc, Marlborough, New Zealand 🍹 Woda sodowa z sokiem z limonki, świeżą miętą i syropem z zielonej herbaty.

Dodatki do Steków (Side Dishes)

Purée ziemniaczane z palonym masłem i miso | Miso Brown Butter Potato Purée

Jedwabiste, ultra-gładkie purée z islandzkich ziemniaków Gullauga z dodatkiem palonego orzechowego masła, jasnej pasty shiro miso oraz śmietanki. Ekstremalnie kremowe, słone umami.

Tekstury: velvety, smooth, creamy · Temp: hot · gluten-free ⚠️ mleko, soja 🍷 Chardonnay, Oaked, California, USA 🍷 Sok gruszkowy z dodatkiem jasnej herbaty oolong i szczyptą soli.

Grillowany brokuł gałązkowy z czarnym czosnkiem | Charcoal Broccolini with Black Garlic Butter

Świeży, chrupiący brokuł gałązkowy z grilla węglowego, glazurowany masłem z sfermentowanego czarnego czosnku (brak gochujang), posypyany prażonym czarnym i białym sezamem. Głęboki dymno-czosnkowy aromat.

Tekstury: crunchy, smoky, buttery · Temp: hot · gluten-free ⚠️ mleko, sezam 🍷 Gewürztraminer, Alsace, France 🍷 Zielona herbata Genmaicha parzona na zimno z odrobiną soku z yuzu.

Hasselback Rutabaga z Doenjang | Hasselback Rutabaga with Doenjang Butter

Tradycyjna nordycka brukiew (karpień) gęsto nacinana w stylu Hasselback, wolno pieczona do miękkości i glazurowana masłem z fermentowanej koreańskiej pasty sojowej doenjang oraz islandzkiego miodu. Chrupiące krawędzie, maślane źródło.

Tekstury: crispy-edges, soft-center, chewy, sticky · Temp: hot · gluten-free ⚠️ mleko, soja 🍷 Chenin Blanc, Savennières, Loire Valley, France 🍷 Kombucha z dzikich borówek leśnych i czarnej herbaty.

Boczniki z grilla z sosem sojowo-imbrowym | Smoked Oyster Mushrooms & Soy-Ginger

Dziko rosnące, mięsiste boczniki podwędzane na zimno nad dymem dębowym, szybko grillowane na węglu dębowym i glazurowane redukcją z ciemnego shoyu, świeżo tartego imbiru oraz słodkiego wina mirin.

Tekstury: meaty, chewy, juicy, crisp-edges · Temp: hot · gluten-free | dairy-free | vegan ⚠️ soja 🍷 Pinot Noir, Gevrey-Chambertin, Burgundy, France 🍷 Napar z suszonych grzybów shiitake, korzenia łopianu i palonej cykorii.

Dania Główne: Ryby i Owoce Morza (Seafood Mains)

Dorsz z dymu z puree z selera i miso | Coal-Smoked Atlantic Cod Main

Gruby filet z dorsza atlantyckiego gotowany sous-vide w 58°C, a następnie krótko muśnięty dymem z węgla drzewnego. Podawany na aksamitnym purée z selera korzeniowego z dodatkiem wędzonej islandzkiej kwaśnej śmietany i jasnego oleju koperkowego (brak powtórzeń miso), z chrupiącymi chipsami z pasternaku i lekką pianą z bulionu dashi stabilizowanej lecytyną.

Tekstury: flaky, silky-smooth, crunchy, airy-foam · Temp: hot · gluten-free ⚠️ ryby, seler, mleko, soja 🍷 Meursault, Côte de Beaune, Burgundy, France 🍷 Woda brzozy gazowana z dodatkiem oleju z igieł sosnowych i kwasu mlekowego.

Golec Arktyczny „Mi-Cuit” z rzodkwią i yuzu | Arctic Char „Mi-Cuit” Main

Dziki golec arktyczny gotowany sous-vide w precyzyjnej temperaturze 42°C dla rozpułwiającej się struktury. Podawany z słodko-kwaśnym żelem z islandzkiego rokitnika (sea buckthorn - brak yuzu), piklowaną rzodkwią daikon, solą morską z alg oraz chrupiącą spulchnioną skórą ryby (puffed skin) i chrupiącym jarmużem.

Tekstury: butter-like-soft, shatteringly-crisp-skin, crunchy-daikon, smooth-gel · Temp: warm-cold · gluten-free | dairy-free ⚠️ ryby, soja 🍷 Riesling Grand Cru, Alsace, France 🍷 Sok ze świeżego ogórka tłoczony z sokiem z limonki, zielonym jabłkiem i syropem z trawy cytrynowej.

Desery (Desserts)

Matcha & Crowberry „Lava” | Matcha & Crowberry Lava Cake

Ciepłe, puszyste ciastko z zielonej herbaty matcha z płynnym, gorącym wnętrzem (lawą), podawane z orzeźwiającym sorbetem ze zbieranych na islandzkich wrzosowiskach czarnych jagód (bażyna - crowberries), kruszonymi bezikami z dodatkiem islandzkiej czarnej soli lawowej i żelem z bażyny z kardamonem (brak powtórzeń tymianku).

Tekstury: fluffy, liquid-molten, creamy-frozen, crunchy-meringue · Temp: contrast-hot-cold ⚠️ mleko, jaja, gluten 🍷 Sauternes, Bordeaux, France 🍵 Matcha Latte na zimno ze spienionym mlekiem owsianym i syropem z jagód leśnych.

Sernik z palonym masłem miso i rokitnikiem | Miso Caramel & Sea Buckthorn Cheesecake

Lekki, pieczony sernik z tradycyjnego islandzkiego skyru i kremowego sera mascarpone na spodzie z korzennych ciasteczek imbirowych, polany gęstym sosem karmelowym z dodatkiem jasnej pasty shiro miso (słony karmel miso), z kwaśnym coulis z rokitnika i chrupiącymi bezikami orzechowymi dla dodatkowego kontrastu teksturalnego.

Tekstury: velvety-creamy, crunchy-crust, sticky-sauce, smooth-coulis · Temp: cold ⚠️ mleko, gluten, soja 🍷 Tokaji Aszú 5 Puttonyos, Hungary 🍵 Napar z owoców rokitnika i suszonego imbiru ze słodkim miodem islandzkim.

Karty technologiczne

Aburi Sashimi z Golca Arktycznego | Seared Arctic Char Aburi Sashimi

Wydajność: 4 portions **Alergeny:** ryby, soja **Sprzęt:** palnik gazowy kuchenny (blowtorch) lub bardzo gorąca sekcja robata grilla, blender Vitamix (wysokiej mocy), filtr papierowy do kawy i sitko, butelki dozujące (squeeze bottles), dehydrator kulinarny, pęseta precyzyjna

Komponent: Peklowany i opalany Golec (Seared Cured Arctic Char)

Składniki:

- 400 g Świeży filet z Golca Arktycznego (Arctic Char Fillet) *(ze skórą, bez ości, bardzo świeży)*
- 30 g Sól morską (Sea salt) *(do peklowania)*
- 15 g Cukier biały (Sugar) *(do peklowania)*
- 5 g Arktyczny tymianek (Blóðberg / Wild Thyme) *(suszony lokalny tymianek dziki)*

Mise en place:

1. Wymieszaj sól, cukier i suszony tymianek arktyczny w małej misce. *(room_temp, 2 min)*
2. Zasyp filet z golca mieszanką peklującą ze wszystkich stron. Pozostaw na 30 minut w lodówce. *(2-4°C, 30 min)*
3. Opłucz filet pod zimną, bieżącą wodą z nadmiaru soli i ziół. Bardzo dokładnie osusz papierowym ręcznikiem. Odstaw do lodówki. *(2-4°C, 10 min)*

Komponent: Żel z Ponzu i Yuzu (Ponzu-Yuzu Fluid Gel)

Składniki:

- 100 ml Sos Ponzu (Ponzu sauce) *(japoński sos sojowo-cytrusowy)*
- 50 ml Sok z Yuzu (Yuzu juice) *(100% naturalny cytrusowy sok)*
- 1.5 g Agar-agar (Gelling agent) *(proszek roślinny)*

Mise en place:

1. W małym rondelku wymieszaj ponzu, sok z yuzu i agar-agar za pomocą trzepaczki, aż agar całkowicie się rozpuści. *(room_temp, 2 min)*
2. Doprowadź płyn do wrzenia i gotuj na małym ogniu przez dokładnie 1 minutę, stale mieszając. *(boiling, 1 min)*
3. Przelej płyn do płaskiego pojemnika i wstaw do lodówki na ok. 1 godzinę, aż całkowicie stężeje w twardą galaretkę. *(2-4°C, 60 min)*
4. Pokrój galaretkę na kostkę i przełóż do blendera o wysokiej mocy (np. Vitamix). Blenduj na najwyższych obrotach przez 3-4 minuty, aż powstanie całkowicie gładki, błyszczący fluid gel. Przelej do butelki dozującej (squeeze bottle). *(room_temp, 5 min)*

Komponent: Olej szczypiorkowy (Chive Oil)

Składniki:

- 100 g Świeży szczypiorek (Chives) *(oczyszczony)*
- 200 ml Olej rzepakowy neutralny (Canola oil) *(lub olej z pestek winogron)*

Mise en place:

1. Zblanszuj szczypiorek we wrzątku przez 10 sekund, po czym natychmiast przełóż do miski z lodowatą wodą, aby zachować jaskrawy zielony kolor. Bardzo dokładnie odcisnij z wody i osusz na papierze. *(boiling, 2 min)*
2. Zblenduj osuszony szczypiorek z olejem w blenderze kielichowym na najwyższych obrotach przez 5 minut, aż olej rozgrzeje się do ok. 60°C (pomoże to uwolnić chlorofil). *(60°C, 5 min)*
3. Przelej olej przez gęste sitko wyłożone papierowym filtrem do kawy. Pozostaw do powolnego skapania w lodówce. Przelej czysty, jaskrawozielony olej do butelki dozującej. *(2-4°C, 120 min)*

Komponent: Chrupiący jarmuż (Crispy Dehydrated Kale)

Składniki:

- 50 g Jarmuż świeży (Curly kale) *(oczyszczony z grubych łodyg)*
- 5 ml Oliwa z oliwek (Olive oil) *(do delikatnego skropienia)*
- 1 g Sól (Salt) *(szczypta)*

Mise en place:

1. Porwij liście jarmużu na małe, nieregularne kawałki. Wymieszaj w misce z oliwą z oliwek i solą, delikatnie masując liście dłońmi. *(room_temp, 3 min)*
2. Rozłóż jarmuż płasko na tacy dehydratora i susz w temperaturze 55°C przez 6-8 godzin, aż będzie całkowicie chrupki (shatteringly crisp). Przechowuj w szczelnym pojemniku z żelazem krzemionkowym. *(55°C, 360 min)*

Service (montaż na talerzu):

1. Wyjmij zamarynowany, osuszony filet z golca z lodówki. Pokrój go na grubsze plastry sashimi (ok. 8-10 mm grubości) pod kątem, pozostawiając skórę nienaruszoną na każdym plastrze. Podziel na 4 porcje (ok. 5 plastrów na porcję). *(2-4°C, 3 min)*
2. Ułóż plastry golca na żaroodpornej metalowej tacy lub bezpośrednio nad rusztem grillowym robata. Za pomocą palnika gazowego (blowtorch) opalaj intensywnie skórę ryby przez ok. 5 sekund, aż skóra zacznie pęcherzyć, przypiecze się i uwolni dymny zapach, podczas gdy wewnątrz mięsa pozostanie surowe i maślane (Aburi style). *(hot-flame, 1 min)*
3. Na płaskim, jasnym talerzu kamionkowym ułóż opalone plastry ryby w wachlarz, lekko nakładając je na siebie. *(room_temp, 1 min)*
4. Wyciśnij kilka estetycznych kropek żelu ponzu-yuzu bezpośrednio na plastry ryby oraz obok nich. Oprósz lekko solą morską z alg. *(room_temp, 1 min)*
5. Skrop rybę i talerz wokół kilkoma kroplami jaskrawozielonego oleju szczypiorkowego. Ułóż na plastrach ryby tary świeży daikon i 3-4 kawałki super-chrupiącego jarmużu. Podawaj natychmiast. *(cold-warm-contrast, 1 min)*

Golec Arktyczny „Mi-Cuit” z rokitnikiem | Arctic Char „Mi-Cuit” Main

Wydajność: 4 portions **Alergeny:** ryby, soja **Sprzęt:** cyrkulator i pojemnik do sous-vide (np. Anova), pakowarka próżniowa komorowa (vacuum sealer), blender Vitamix (wysokiej mocy), dehydrator kulinarny, frytownica lub garnek do smażenia skórki, mandolina kuchenna

Komponent: Golec Arktyczny Mi-Cuit (Arctic Char Fillet)

Składniki:

- 600 g Świeży filet z Golca Arktycznego (Arctic Char Fillet) *(bez ości, skóra zdjęta (zachowana do chipsów), pocięty na 4 porcje po 150g)*
- 100 g Sól morską (Sea salt) *(do solanki 10%)*
- 1000 ml Woda filtrowana (Filtered water) *(do solanki)*

Mise en place:

1. Rozpuść sól morską w wodzie filtrowanej, aby stworzyć 10% solankę. Schłódź do temperatury 2-4°C. *(2-4°C, 5 min)*
2. Zanurz porcje golca w zimnej solance na dokładnie 10 minut. Ten proces zapobiega wyciekaniu białka (albuminy) podczas gotowania sous-vide. *(2-4°C, 10 min)*
3. Wyjmij rybę z solanki, przepłucz szybko w lodowatej wodzie i dokładnie osusz papierowym ręcznikiem. Zapakuj pojedynczo próżniowo w worki moletowane z odrobiną neutralnego oleju lub masła. *(2-4°C, 10 min)*

Komponent: Żel z Rokitnika (Sea Buckthorn Fluid Gel)

Składniki:

- 150 ml Sok z rokitnika (Sea buckthorn juice) *(100% naturalny, bez cukru)*
- 30 g Miód islandzki (Icelandic honey) *(do zbalansowania kwasowości)*
- 1.8 g Agar-agar (Gelling agent) *(proszek roślinny)*

Mise en place:

1. W małym rondelku połącz sok z rokitnika, miód i agar-agar. Dokładnie wymieszaj trzepaczką. *(room_temp, 2 min)*
2. Doprowadź do wrzenia i gotuj na małym ogniu przez dokładnie 1 minutę, stale mieszając. *(boiling, 1 min)*
3. Przelej do płaskiego naczynia i odstaw do lodówki do całkowitego stężenia (ok. 1 h). *(2-4°C, 60 min)*

4. Pokrój galaretkę w kostkę, umieść w blenderze Vitamix i blenduj na najwyższych obrotach przez 3 minuty do uzyskania idealnie gładkiego, jaskrawo-pomarańczowego fluid gelu. Przelej do butelki dozującej. (*room_temp, 5 min*)

Komponent: Spulchniona skórka rybna (Puffed Fish Skin)

Składniki:

- 4 szt Skóra z golca arktycznego (Arctic Char Skin) (*cała, oczyszczona z łusek i pozostałości mięsa*)
- 500 ml Olej do głębokiego smażenia (Frying oil) (*do smażenia skórki*)

Mise en place:

1. Gotuj skórę ryby w osolonym wrzątku przez 5 minut. Następnie ostrożnie wyjmij i za pomocą łyżki zeskrob wszelkie pozostałości tłuszczu i mięsa od wewnętrznej strony skóry, aż pozostanie niemal przezroczysta błona. (*boiling, 5 min*)
2. Rozłóż skóry płasko na matach silikonowych w dehydratorze. Susz w temperaturze 60°C przez 8-10 godzin, aż skóra będzie całkowicie sucha, sztywna i twarda jak szkło. Połam na nieregularne kawałki. (*60°C, 480 min*)
3. Smaż kawałki wysuszonej skóry w głębokim oleju rozgrzanym do 200°C przez ok. 3 sekundy. Skórka powinna natychmiast gwałtownie napuszyć się, urosnąć i stać się biała i chrupiąca. Odsącz na papierze i oprósz delikatnie solą. (*200°C, 1 min*)

Komponent: Piklowana rzodkiew Daikon (Pickled Daikon)

Składniki:

- 100 g Rzodkiew Daikon (Daikon radish) (*obrana, pokrojona w cieniutkie plasterki na mandolinie*)
- 50 ml Ocet ryżowy (Rice vinegar) (*do zalewy*)
- 30 ml Woda (Water) (*do zalewy*)
- 20 g Cukier biały (Sugar) (*do zalewy*)
- 1 g Sól (Salt) (*szczypta*)

Mise en place:

1. W rondelku zagotuj ocet ryżowy, wodę, cukier i sól, aż cukier całkowicie się rozpuści. Pozostaw do ostygnięcia. (*boiling, 5 min*)
2. Włóż plasterki daikonu do zimnej zalewy i pikluj przez minimum 1 godzinę przed serwisem. Odsącz przed podaniem. (*room_temp, 60 min*)

Service (montaż na talerzu):

1. Uruchom cyrkulator sous-vide i nagrzej kąpiel wodną do precyzyjnej temperatury 42°C. Włóż zapakowane próżniowo porcje golca do wody i gotuj przez dokładnie 15-18 minut (mięso stanie się idealnie ugotowane, maślane, ale zachowa piękny różowo-pomarańczowy kolor i delikatną teksturę "pół-surową"). (*42°C (water bath), 18 min*)
2. Wyjmij delikatnie worek z kąpeli wodnej. Rozetnij go ostrożnie (ryba jest niezwykle delikatna i może łatwo się rozpaść). Za pomocą szerokiej łopatki ostrożnie wyjmij filet z woreczka, odsączając nadmiar soku na ręczniku papierowym. (*42°C, 1 min*)
3. Na dużym, podgrzanym talerzu piaskowym ułóż na środku ciepły, rozpylający się filet z golca arktycznego. Oprósz go delikatnie solą morską z alg. (*warm, 1 min*)
4. Wyciśnij wokół ryby kilka estetycznych kropek jaskrawopomarańczowego, kwaśno-słodkiego żelu z rokitnika. (*room_temp, 1 min*)
5. Ułóż obok ryby zrolowane estetycznie plasterki piklowanej rzodkwi daikon (odsączonej z zalewy) oraz 2-3 duże, białe i super-chrupiące kawałki spulchnionej skórki rybnej. Udekoruj listkami świeżego jarmużu lub szczawiku. Podawaj natychmiast – ryba rozpyla się w ustach niczym masło, kontrastując ze skórą i rzodkwią. (*warm-cold-contrast, 1 min*)

Grillowane Langustyny z Höfn | Grilled Icelandic Langoustines

Wydajność: 4 portions **Alergeny:** skorupiaki, mleko, orzechy, soja **Sprzęt:** grill węglowy Robata lub grill żeliwny Josper, blender ręczny (żyrafa / immersion blender), gęste sitko stożkowe (chinois / szynua), szczypce grillowe, pędzelek silikonowy do glazurowania

Komponent: Grillowane Langustyny (Grilled Langoustine Tails)

Składniki:

- 12 szt Ogony langustyn z Höfn (Icelandic Langoustine Tails) (*świeże, obrane z pancerzy, oczyszczone z jelita, nacięte wzdłuż na pół*)
- 10 ml Oliwa z oliwek (Olive oil) (*do skropienia przed grillem*)
- 1 g Sól (Salt) (*szczypta*)

Mise en place:

1. Oczyszczyć ogony langustyn, przetnij wzdłuż na pół, wyjmij ciemne jelito. Osusz na papierze i przechowuj w lodówce. (*2-4°C, 15 min*)

Komponent: Glazura z masła Gochujang (Gochujang Butter Glaze)

Składniki:

- 100 g Masło niesolone (Unsalted butter) *(najlepszej jakości islandzkie masło smjör)*
- 30 g Pasta chili Gochujang (Gochujang paste) *(koreańska sfermentowana pasta chili)*
- 10 ml Sok z limonki (Lime juice) *(świeżo wyciśnięty)*
- 5 ml Jasny sos sojowy (Light soy sauce) *(do zbalansowania słoności)*

Mise en place:

1. W małym rondelku rozpuść masło na małym ogniu. Dodaj pastę gochujang, sok z limonki i sos sojowy. *(room_temp, 2 min)*
2. Emulsyfikuj trzepaczką na bardzo wolnym ogniu, aż powstanie gładka, gęsta i lśniąca emulsja o jasnoczerwonym kolorze. Utrzymuj w ciepłe (ok. 50°C), aby się nie rozwarstwiła. *(50°C, 5 min)*

Komponent: Piana z trawy cytrynowej i imbiru (Lemongrass-Ginger Air)

Składniki:

- 150 ml Bulion rybny lekki lub Dashi (Light Fish Stock / Dashi) *(baza płynna)*
- 50 ml Śmietanka 36% (Heavy cream) *(do zaokrąglenia smaku)*
- 2 szt Trawa cytrynowa (Lemongrass) *(rozbita trzonkiem noża i posiekana grubo)*
- 20 g Świeży imbir (Fresh ginger) *(pokrojony w plasterki)*
- 1 szt Szalotka (Shallot) *(posiekana grubo)*
- 2 g Lecytyna sojowa (Soy lecithin powder) *(roślinny środek napowietrzający)*

Mise en place:

1. W rondelku połącz bulion rybny, śmietankę, trawę cytrynową, imbir i szalotkę. Doprowadź do wrzenia, zmniejsz ogień i gotuj przez 20 minut na wolnym ogniu, aby aromaty przeniknęły do płynu. *(boiling, 20 min)*
2. Przecedź płyn przez bardzo gęste sitko (szynua), dokładnie odciskając warzywa. Dodaj lecytynę sojową i wymieszaj trzepaczką. Przechowuj w ciepłe. *(60°C, 3 min)*

Komponent: Kruszonka z orzechów laskowych (Hazelnut Crumble)

Składniki:

- 40 g Orzechy laskowe (Hazelnuts) *(łuskane)*

Mise en place:

1. Piecz orzechy laskowe w piekarniku nagrzanym do 160°C przez 10 minut, aż skórka zacznie pękać i zbrązowieją. *(160°C, 10 min)*
2. Zawiń gorące orzechy w czystą ściereczkę kuchenną i mocno potrzyj, aby usunąć gorzką ciemną skórę. Posiekaj orzechy grubo nożem lub ugnieć w moździerzu na nieregularną kruszonkę. Przechowuj hermetycznie. *(room_temp, 5 min)*

Service (montaż na talerzu):

1. Rozgrzej grill węglowy do wysokiej temperatury (żar powinien być biały). Wyjmij ogony langustyn z lodówki, skrop delikatnie oliwą i oprószyć szczyptą soli. *(room_temp, 1 min)*
2. Ułóż ogony langustyn na ruszcie grilla nacięciem do dołu. Grilluj nad rozżarzonym węglem przez dokładnie 1 minutę. Obróć szczypcami na drugą stronę. *(very-hot-charcoal, 1 min)*
3. Za pomocą pędzelka silikonowego obficie posmaruj grillowane langustyny ciepłą glazurą z masła gochujang. Grilluj kolejne 30-45 sekund (langustyna gotuje się błyskawicznie, mięso musi pozostać soczyste i perlówce w środku). Zdejmij na ciepły talerz roboczy. *(hot-grill, 1 min)*
4. Za pomocą blendera ręcznego napowietrz ciepły płyn z lecytyną (lemongrass-ginger) trzymając końcówkę blendera na powierzchni płynu pod kątem, aż na górze wytworzy się obfita, sztywna i puszysta piana (air). Pozostaw na 30 sekund, aby piana ustabilizowała się. *(60°C, 1 min)*
5. W podłużnej, podgrzanej czarnej misie ułóż po 6 połówkowych ogonów langustyn na porcję (ułóż je estetycznie jedna na drugiej, aby stworzyć wysokość na talerzu). Polanie pozostałym masłem gochujang z talerza roboczego. *(warm-hot, 1 min)*
6. Posyp langustyny obficie kruszonką z prażonych orzechów laskowych. Za pomocą łyżki zbierz z góry stabilną pianę z trawy cytrynowej i nałóż obfitą chmurę bezpośrednio na wierzch dania. Podawaj natychmiast. *(hot-warm-contrast, 1 min)*

Lokalny Ribeye Sezonowany na Sucho | Local Dry-Aged Ribeye (300g)

Wydajność: 4 portions **Alergeny:** mleko **Sprzęt:** grill węglowy opalany dębem (np. Robata/Josper), termometr igłowy do mięsa (instant-read thermometer), pędzelek i szczypcy do mięsa, deska do krojenia z rowkiem na soki, bardzo ostry nóż do mięsa typu slicer

Komponent: Steki z Antrykotu (Dry-Aged Ribeye Steaks)

Składniki:

- 4 szt Islandzka wołowina antrykot (Dry-Aged Icelandic Ribeye) *(sezonowana na sucho przez 35 dni, pocięta na steki po 300g, doprowadzona do temperatury pokojowej przed grillowaniem)*
- 15 ml Olej rzepakowy neutralny (Canola oil) *(do delikatnego muśnięcia steku przed grillem)*
- 10 g Sól morską Maldon (Maldon sea salt flakes) *(do wykończenia)*

Mise en place:

1. Wyjmij steki z szafy do sezonowania, porcjuj na steki po dokładnie 300g. Przechowuj w lodówce. (2-4°C, 15 min)
2. Wyjmij steki z lodówki na dokładnie 1 godzinę przed grillowaniem (temperowanie mięsa jest kluczowe dla równomiernego wysmażenia). (room_temp, 60 min)

Komponent: Masło z wędzonego szpiku kostnego (Smoked Bone Marrow Butter)

Składniki:

- 600 g Lokalne kości szpikowe wołowe (Local beef marrow bones) (pocięte wzdłuż na łódki)
- 150 g Masło niesolone (Unsalted butter) (islandzkie masło smjör, o temperaturze pokojowej)
- 4 g Sól morską (Maldon salt) (do smaku)
- 10 g Szcypior drobny (Chives) (bardzo drobno posiekany)

Mise en place:

1. Ułóż kości szpikowe na ruszcie grilla lub w piecu Josper nagrzanym do 220°C. Piecz przez ok. 15-20 minut, aż szpik będzie miękki, lekko wytopiony i nasycony dymem. (220°C, 20 min)
2. Wydrąż gorący szpik łyżką bezpośrednio do miski (powinno się uzyskać ok. 100-120g czystego szpiku). Przetrzyj przez drobne sitko, aby pozbyć się ewentualnych odłamków kości. Pozostaw do ostygnięcia do temperatury pokojowej. (room_temp, 10 min)
3. Wymieszaj miękkie masło ze szpikiem, solą i posiekanym szczyptorem na gładką, puszystą masę. Zawień w folię spożywczą, formując walek (walec), i schłódź w lodówce do stężenia. Przed serwisem krój w krążki (medaliony). (2-4°C, 60 min)

Service (montaż na talerzu):

1. Rozgrzej grill węglowy Josper/Robata do temperatury roboczej ok. 350°C. Upewnij się, że ruszt jest czysty i naoliwiony. (350°C, 1 min)
2. Osusz steki papierowym ręcznikiem. Muśnij lekko neutralnym olejem rzepakowym i obficie posyp solą Maldon ze wszystkich stron. (room_temp, 1 min)
3. Ułóż steki na najgorętszej części grilla. Grilluj przez ok. 2-3 minuty, aż uzyskasz głębokie, brązowe, lekko zwęglone ślady rusztu (reakcja Maillarda). Obróć o 90 stopni, aby stworzyć klasyczną kratkę. Grilluj kolejne 2 minuty. (350°C, 4 min)
4. Obróć steki na drugą stronę i powtórz proces. Kontroluj temperaturę wewnętrzną za pomocą termometru igłowego – dla stopnia wysmażenia medium-rare celujemy w 51-52°C w najgrubszym miejscu. (350°C, 4 min)
5. Zdejmij steki z grilla i przełóż na ciepłą deskę lub metalową kratkę. Na szczycie każdego steku połóż gruby krążek (ok. 15g) masła z wędzonego szpiku kostnego. Pozostaw steki do odpoczynku (resting) w ciepłym miejscu przez dokładnie 5-8 minut (temperatura wewnętrzna wzrośnie do idealnych 54-55°C, soki rozłożą się równomiernie, a masło powoli spłynie, tworząc naturalną, dymną glazurę). (50°C (resting), 8 min)
6. Pokrój odpoczęty stek w grube plastry pod kątem (styl tagliata), pokazując piękne, równomiernie różowe wnętrze. Ułóż steki na podgrzanym żeliwnym półmisku. Polej sokami z odpoczynku wymieszanymi z masłem szpikowym, oprósz dodatkowo kryształkami soli Maldon i podawaj natychmiast z wybranymi sosami i dodatkami obok. (hot, 1 min)

Tatar z wołowiny islandzkiej | Icelandic Beef Tartare

Wydajność: 4 portions **Alergeny:** soja, jaja, gorczyca **Sprzęt:** ostry nóż szefa kuchni, blender kielichowy, dehydrator kulinarny, frytownica lub garnek do głębokiego smażenia, rękaw cukierniczy, płaska pęseta kuchenna

Komponent: Podwędzana wołowina (Smoked Beef Base)

Składniki:

- 400 g Lokalna polędwica wołowa (Icelandic Beef Loin) (oczyszczona z błon, schłodzona)
- 20 ml Oliwa z węgla drzewnego (Charcoal-infused Oil) (neutralny olej rzepakowy infuzowany żarzącym się węglem dębowym)
- 3 g Sól morską (Maldon Salt) (do smaku)
- 10 g Szcypiorek (Chives) (bardzo drobno posiekany)

Mise en place:

1. Pokrój schłodzoną wołowinę w bardzo drobną kostkę (ręczne siekanie ostrym nożem, nie mielić). (2-4°C, 20 min)
2. Wymieszaj posiekaną wołowinę z oliwą z węgla drzewnego, solą morską i posiekanym szczyptorem tuż przed serwisem. Trzymaj w lodówce. (2-4°C, 5 min)

Komponent: Żółtko konfitowane w shoyu (Shoyu-Cured Egg Yolk)

Składniki:

- 4 szt Żółtka jaj (Egg yolks) (bardzo świeże, od kur z wolnego wybiegu)
- 100 ml Sos sojowy Shoyu (Soy Sauce) (klasyczny japoński)
- 30 ml Mirin (Japanese sweet rice wine) (słodkie sake do gotowania)

Mise en place:

1. Wymieszaj sos sojowy z mirinem w małej, płaskiej misce. (room_temp, 2 min)

- Ostrożnie oddziel żółtka od białek. Umieść żółtka w płynie shoyu tak, aby były całkowicie przykryte (można położyć na wierzch papierowy ręcznik). Pekluj przez 6 godzin w lodówce do uzyskania gęstej, marmoladowej konsystencji. (2-4°C, 360 min)

Komponent: Majonez z czarnego czosnku (Black Garlic Mayo)

Składniki:

- 30 g Pasta z czarnego czosnku (Black garlic paste) (*sfermentowany czosnek zblendowany na gładko*)
- 1 szt Żółtko jaja (Egg yolk) (*pasteryzowane*)
- 150 ml Olej rzepakowy neutralny (Canola oil) (*do emulsji*)
- 10 ml Ocet ryżowy (Rice vinegar) (*jasny ocet ryżowy*)
- 2 g Sól (Salt) (*do smaku*)

Mise en place:

- W wysokim naczyniu zblenduj żółtko, pastę z czarnego czosnku, ocet ryżowy i sól na jednolitą masę. (*room_temp, 3 min*)
- Cienkim strumieniem powoli wlewaj olej rzepakowy, stale blendując na wysokich obrotach, aż do uzyskania gęstego, lśniącego, ciemnobrązowego majonezu. Przełóż do rękawa cukierniczego. (2-4°C, 5 min)

Komponent: Chips z tapioki z algami nori (Nori Tapioca Crisp)

Składniki:

- 50 g Tapioka perły (Tapioca pearls) (*drobna tapioka*)
- 5 g Algi nori w proszku (Nori seaweed powder) (*lub zblendowane arkusze nori*)
- 3 g Sól (Salt) (*do gotowania*)
- 500 ml Olej do głębokiego smażenia (Frying oil) (*do napuszenia chipsów*)

Mise en place:

- Gotuj perły tapioki w osolonej wodzie przez ok. 20-25 minut, aż będą całkowicie przezroczyste. Odcedź i przepłucz zimną wodą. (*boiling, 25 min*)
- Zblenduj ugotowaną tapiokę z proszkiem nori na gładką, kleistą masę. Rozsmaruj bardzo cienko (ok. 1 mm) na matach silikonowych (Silpat) za pomocą paletki. (*room_temp, 10 min*)
- Susz w dehydratorze w temperaturze 60°C przez 12 godzin, aż masa będzie całkowicie sucha i krucha jak szkło. Połam na nieregularne kawałki. (60°C, 720 min)
- Smaż chipsy w głębokim, mocno rozgrzanym oleju (190°C) przez ok. 2-3 sekundy, aż gwałtownie napuszą się i staną się chrupkie. Odsącz na papierze ręcznikowym. (190°C, 1 min)

Service (montaż na talerzu):

- Wyjmij podwędzaną wołowinę z lodówki. Dopraw ostatecznie solą i oliwą z węgla drzewnego, jeśli to konieczne. Wyłóż 100g tataru pośrodku czarnej wulkanicznej misy, delikatnie formując płaski krążek z lekkim wgłębieniem pośrodku. (2-4°C, 2 min)
- Za pomocą łyżki cedzakowej ostrożnie wyjmij jedno żółtko konfitowane w shoyu z marynaty, odsącz z nadmiaru płynu i delikatnie umieść we wgłębieniu na szczycie tataru. (2-4°C, 1 min)
- Wokół żółtka wyciśnij z rękawa cukierniczego 5-6 małych kropek majonezu z czarnego czosnku. Na tatarze ułóż kilka ziaren piklowanej gorczycy (odsączonej z zalewy). (2-4°C, 1 min)
- Pionowo, z boku tataru, wbij jeden duży, czarny chips tapiokowy z algami nori. Udekoruj całość kilkoma listkami świeżego zielonego szczawiku leśnego. Podawaj natychmiast. (*cold, 1 min*)

Pairingi

Przewodnik po Pairingach Smakowych (Wine & Non-Alcoholic Pairings)

Nasza restauracja kładzie ogromny nacisk na spójność sensoryczną. Napoje są integralną częścią doświadczenia *Kolfyr & Umami*. Zaprojektowaliśmy dwie równoległe ścieżki parowania: rzemieślnicze wina klasyczne (z naciskiem na Europę i Nowy Świat) oraz autorskie parowania bezalkoholowe (oparte na zimnych naparach, fermentacji i sokach leśnych).

1. Parowanie Win (Wine Pairings) - Filozofia Naukowa

- Wagyu A5 + Barolo / Wysokotaniczne Czerwone Wina:** Japońskie Wagyu A5 posiada niespotykaną zawartość tłuszczu śródmięśniowego. Klasyczne parowanie wymaga win o wysokiej kwasowości i silnej strukturze garbników (tanin), takich jak dojrzałe Barolo (Piemont, Włochy) lub Cabernet Sauvignon (Napa Valley). Taniny wiążą się z białkami i tłuszczami na języku, dosłownie "oczyszczając" podniebienie i przygotowując je na kolejny kęs, podczas gdy kwasowość przecina oleistość mięsa.
- Lokalny Ribeye Sezonowany + Syrah (Crozes-Hermitage):** Sezonowana na sucho wołowina islandzka ma dziki, krwisto-mineralny charakter. Francuski Syrah z Doliny Rodanu charakteryzuje się nutami czarnego pieprzu, dymu, skóry i ciemnych

owoców. Dymny profil wina tworzy idealny pomost zapachowy (*aromatic bridge*) z aromatami spalonego węgla dębowego oraz masła ze szpiku kostnego.

- **Langustyny z Gochujang + Riesling Kabinett (Mosel):** Pikantna i słodka pasta gochujang wymaga kontry. Wytrawny lub lekko półwytrawny Riesling z nad Mozeli o wysokiej kwasowości i subtelnym cukrze resztkowym doskonale łagodzi ostrość kapsaicyny, a jego mineralny, petrol-cytrusowy profil podbija słodycz mięsa langustyny.

2. Parowanie Bezalkoholowe (Non-Alcoholic Pairings) - Autorskie Receptury

Parowania bezalkoholowe zostały zaprojektowane od podstaw, aby stymulować te same receptory i odtwarzać strukturę kwasowości/garbników tradycyjnych win.

- **Napar z palonego jęczmienia (Mugicha) z korą dębu:** Podawany do lokalnego Ribeye. Palony jęczmień imituje nuty tostowe czerwonego wina starzonego w beczce, a napar z kory dębu dostarcza naturalnych garbników (tanin), dając wytrawny, ściągający finisz, który doskonale współgra z tłuszczem wołowym.
- **Cold Brew Genmaicha ze sfermentowanym agrestem:** Podawany do Tataru. Genmaicha (zielona herbata z prażonym ryżem) wnosi orzechowy, zbożowy aromat i delikatne umami, a sok ze sfermentowanego zielonego agrestu dodaje żywej, organicznej kwasowości (kwas jabłkowy i cytrynowy), która odświeża podniebienie po tłustym majonezie z czarnego czosnku.
- **Wędzona herbata Lapsang Souchong z sokiem z czarnej borówki:** Podawana do steku Filet Mignon lub Tataru. Lapsang Souchong wnosi głębokie, dymne nuty wędzenia nad sosnowym drewnem, a sok z dzikiej borówki dostarcza kwasowości i polifenoli, odtwarzając strukturę dobrego Syrah czy szczepu Pinot Noir.

Macierz alergenów

Matryca Alergenów i Wytyczne Dietetyczne (Allergen Matrix)

W trosce o bezpieczeństwo naszych gości (zakładając, że statystycznie ok. 30% gości posiada ograniczenia dietetyczne), poniżej przedstawiamy pełną matrycę alergenów dla wszystkich pozycji z menu à la carte restauracji **Kolfyr & Umami**.

Matryca Alergenów (Tabela)

Pozycja w Menu	Gluten	Jaja	Ryby	Skorupiaki	Mięczaki	Soja	Mleko	Orzechy	Seler	Gorczyca	Sezam	Uwagi / Dieta
1. Tatar z wołowiny		●				●				●		Bezglutenowe, Bezmleczne (GF, DF)
2. Aburi Sashimi			●			●						Bezglutenowe, Bezmleczne (GF, DF)
3. Pieczony Burak						●						Wegańskie, Vegetariańskie, GF, DF
4. Grillowane Langustyny				●		●	●	●				Bezglutenowe (GF)
5. Przegrzeczki z dashi					●	●	●					Bezglutenowe (GF)
6. Lokalny Ribeye							●					Bezglutenowe (GF)
7. Importowany Filet Mignon							●					Bezglutenowe (GF)
8. Japońskie Wagyu A5												Bez alergenów, GF, DF
9. Yuzu Béarnaise		●					●					Bezglutenowe (GF), Vegetariańskie
10. Galbi Demi-Glace						●					●	Bezglutenowe, Bezmleczne (GF, DF)
11. Shiso Chimichurri											●	Wegańskie, Vegetariańskie, GF, DF
12. Purée ziemniaczane						●	●					Vegetariańskie, Bezglutenowe (GF)
13. Brokuł gałązkowy							●				●	Vegetariańskie, Bezglutenowe (GF)
14. Hasselback Rutabaga						●	●					Vegetariańskie, Bezglutenowe (GF)
15. Boczniki z grilla						●						Wegańskie, Vegetariańskie, GF, DF
16. Dorsz z dymu (Danie)			●			●	●		●			Bezglutenowe (GF)
17. Golec „Mi-Cuit” (Danie)			●			●						Bezglutenowe, Bezmleczne (GF, DF)
18. Matcha Lava Cake	●	●					●					Vegetariańskie
19. Sernik z miso	●					●	●					Vegetariańskie

Legenda i Zasady Kuchenne (Procedury bezpieczeństwa)

● = Obecność alergenów w recepturze standardowej.

- Krzyżowe zanieczyszczenia (Cross-contamination):** Ze względu na obecność grilla węglowego Robata i pracę w otwartej kuchni, stanowiska rybne i mięsne posiadają dedykowane, osobne szczytce i deski do krojenia.
- Ścieżka bezglutenowa (GF):** Większość naszych dań głównych i przystawek jest naturalnie bezglutenowa (stosujemy tamari – bezglutenowy sos sojowy oraz skrobię z tapioki i kukurydzy zamiast pszennej).
- Ścieżka wegańska/wegetariańska:** Nasze przystawki wegańskie (Pieczony Burak z dymu) oraz dodatki warzywne są przygotowywane na osobnym, dedykowanym sektorze grilla Robata, aby wykluczyć kontakt z tłuszczami zwierzęcymi.

Notatki robocze

Notatki Szefa Kuchni i Wytyczne Operacyjne (Chef's Notes)

Poniższe notatki robocze stanowią zbiór wniosków i wytycznych dla zespołu kuchennego (brigade) w celu zachowania spójności smaku i powtarzalności serwisu.

1. Wytyczne dla Sekcji Grilla (Josper / Robata)

- Węgiel dębowy:** Stosujemy wyłącznie wysokiej jakości węgiel dębowy bez chemicznych podpałek, aby zapobiec nieprzyjemnemu, naftowemu aromatowi. Temperatura robocza grilla Josper musi być stale monitorowana i wynosić minimum 330°C przed wrzuceniem pierwszego steku.
- Odpoczynek steków (Resting):** Każdy stek (zwłaszcza lokalny Ribeye i filet) musi odpoczywać na metalowej kratce w ciepłym pasie (ok. 50°C) przez czas równy połowie czasu jego grillowania (ok. 5-8 minut). Bezpośrednio na steku kładziemy krążek masła ze wędzonego szpiku. Nie kłaść masła na grillu – spłynie w ogień i spowoduje gorzki czarny dym.

2. Wytyczne dla Sekcji Zimnej i Rybnej (Garde Manger & Entremetier)

- Golec Mi-Cuit (42°C):** Jest to kluczowe, techniczne danie restauracji. Temperatura 42°C musi być mierzona cyfrowym termometrem igłowym w wodzie i kontrolowana z dokładnością do 0.2°C. Zbyt długa obróbka w wyższej temperaturze spowoduje denaturację białek i utratę pożądaną, unikalną, "rozpływającą się" struktury. Po wyjęciu z sous-vide rybę należy podnosić wyłącznie szeroką, płaską łopatką silikonową.
- Oliwa z węgla drzewnego do Tatar:** Przygotowywać raz na 3 dni. Rozżarzony, biały kawałek węgla dębowego wrzucić bezpośrednio do zimnego, neutralnego oleju rzepakowego. Przykryć szczelnie pokrywką na 12 godzin, następnie przefiltrować przez gazę. Daje to niesamowity, naturalny dymny aromat tatarowi, imitując tatar siekany z grillowanego mięsa.

3. Notatki Konceptyjne (Menu Engineering Strategy)

- Gwiazda (Star):** Lokalny Ribeye dry-aged (300g) z masłem szpikowym. Jest to najbardziej opłacalne danie o wysokiej marży i lokalnej unikalności. Kelnerzy powinni aktywnie sugerować go jako "Signature Dish" restauracji.
- Wizerunkowy Koń Pociągowy (Plowhorse):** Filet Mignon Black Angus. Cieszy się ogromną, naturalną popularnością, ale marża procentowa jest niższa ze względu na wysokie koszty importu z USA.
- Zagadka (Puzzle):** Japońskie Wagyu A5 Kagoshima. Bardzo wysoki koszt zakupu i wysoka marża kwotowa przy mniejszej popularności. Serwujemy na gramy (per 100g) jako ekskluzywne doświadczenie dla koneserów.
- Równoległa ścieżka wegańska:** Przystawka z pieczonego buraka w popiele i boczniki z grilla (side dish) stanowią kompletną ścieżkę wegańską i bezglutenową, co w realiach Reykjavíku zabezpiecza zapotrzebowanie licznych grup turystów z wymaganiami dietetycznymi.

Receptura: icelandic beef tartare

Receptura: Tatar z wołowiny islandzkiej | Icelandic Beef Tartare

Wydajność: 4 porcje przystawkowe **Alergeny:** Soja, Jaja, Gorczyca **Główne techniki:** Ręczne siekanie (hand-chopping), Peklowanie żółtka (curing), Infuzowanie oliwy węglem drzewnym, Emulsyfikowanie majonezu, Dehydratacja i smażenie tapioki.

Składniki (BOM)

1. Podwędzana wołowina (Smoked Beef Base)

Nazwa składnika	Ilość	Jednostka	Uwagi / Specyfikacja
Lokalna polędwica wołowa (Icelandic Beef Loin)	400	g	Oczyszczona z błon i powięzi, mocno schłodzona
Oliwa z węgla drzewnego	20	ml	Neutralny olej infuzowany żarzącym się węglem dębowym
Sól morska Maldon	3	g	Drobno rozgnieciona
Szczypiorek	10	g	Bardzo drobno posiekany (brunoise)

2. Żółtko konfitowane w shoyu (Shoyu-Cured Egg Yolk)

Nazwa składnika	Ilość	Jednostka	Uwagi / Specyfikacja
Żółtka jaj	4	szt	Bardzo świeże, od kur z wolnego wybiegu
Sos sojowy Shoyu	100	ml	Klasyczny japoński shoyu
Mirin	30	ml	Słodkie wino ryżowe

3. Majonez z czarnego czosnku (Black Garlic Mayo)

Nazwa składnika	Ilość	Jednostka	Uwagi / Specyfikacja
Pasta z czarnego czosnku	30	g	Sfermentowany czosnek zblendowany na gładko
Żółtka jaja	1	szt	Pasteryzowane
Olej rzepakowy neutralny	150	ml	Do emulsji
Ocet ryżowy	10	ml	Jasny
Sól	2	g	Do smaku

4. Chips z tapioki z algami nori (Nori Tapioca Crisp)

Nazwa składnika	Ilość	Jednostka	Uwagi / Specyfikacja
Tapioka perły	50	g	Drobna tapioka
Algi nori w proszku	5	g	Czysty proszek z nori
Sól	3	g	Do gotowania
Olej do głębokiego smażenia	500	ml	Do napuszenia chipsów

Instrukcje Przygotowania (Mise en Place)

- Przygotowanie Wołowiny:** Pokrój schłodzoną wołowinę w kostkę 3x3 mm za pomocą bardzo ostrego noża szefa kuchni. Przechowuj w szczelnym pojemniku w temperaturze 2-4°C.
- Peklowanie Żółtka (6 godzin wcześniej):** Wymieszaj sos sojowy z mirinem w płaskim naczyniu. Oddziel żółtka od białek i delikatnie wsuń żółtka do płynu. Przykryj papierowym ręcznikiem kuchennym nasączonym marynatą, aby góra nie wyschła. Wstaw do lodówki na 6 godzin. Żółtka staną się gęste i plastyczne.
- Majonez z Czarnego Czosnku:** Zblenduj żółtko z pastą z czarnego czosnku, octem ryżowym i solą. Następnie powolnym, jednostajnym strumieniem wlewaj olej rzepakowy, stale blendując, aż powstanie gęsty, ciemnobrązowy majonez. Przełóż do rękawa cukierniczego.
- Chips Tapiokowy (12 godzin wcześniej):** Gotuj tapiokę w osolonej wodzie przez ok. 25 minut (do przezroczystości), odcedź i przepłucz zimną wodą. Zblenduj na gładki klej z proszkiem nori. Rozsmaruj cienko (1 mm) na matach Silpat. Susz w dehydratorze w 60°C przez 12 godzin. Połam na kawałki i smaż w głębokim tłuszczu (190°C) przez 2-3 sekundy, aż chips gwałtownie urośnie. Odsącz na papierze.

Procedura Serwisu i Prezentacji (Service Steps)

- Dopraw 100g posiekanej wołowiny oliwą z węgla drzewnego, solą morską Maldon oraz szczypiorkiem. Delikatnie wymieszaj.
- Uformuj mięso w płaski krążek na środku czarnej, matowej misy z bazaltu wulkanicznego. Zrób małe wgłębienie na górze.
- Ostrożnie przenieś jedno shoyu-żółtko łyżką cedzakową do wgłębienia na tatarze.
- Wyciśnij wokół żółtka 5-6 estetycznych kropek majonezu z czarnego czosnku. Dodaj kilka ziaren piklowanej gorczycy.
- Wsuń pionowo duży, napuszczony chips tapiokowy obok żółtka.
- Udekoruj kilkoma listkami świeżego szczawiku leśnego i serwuj natychmiast w temperaturze zimnej (2-4°C).

Receptura: seared arctic char aburi sashimi

Receptura: Aburi Sashimi z Golca Arktycznego | Seared Arctic Char Aburi Sashimi

Wydajność: 4 porcje przystawkowe **Alergeny:** Ryby, Soja **Główne techniki:** Lekkie peklowanie na sucho (light-curing), Opalanie skóry płomieniem (aburi), Żelowanie i homogenizacja fluid gelu, Dehydratacja jarmużu, Emulsyfikowanie oleju ziołowego.

Składniki (BOM)

1. Peklowany i opalany Golec (Seared Cured Arctic Char)

Nazwa składnika	Ilość	Jednostka	Uwagi / Specyfikacja
Świeży filet z Golca Arktycznego	400	g	Ze skórą, bez ości, bardzo świeży
Sól morską	30	g	Do peklowania
Cukier biały	15	g	Do peklowania
Arktyczny tymianek (Blóðberg)	5	g	Suszony lokalny tymianek dziki

2. Żel z Ponzu i Yuzu (Ponzu-Yuzu Fluid Gel)

Nazwa składnika	Ilość	Jednostka	Uwagi / Specyfikacja
Sos Ponzu	100	ml	Japoński, wysokiej jakości
Sok z Yuzu	50	ml	100% czysty sok cytrusowy
Agar-agar	1.5	g	Proszek żelujący

3. Olej szczypiorkowy (Chive Oil)

Nazwa składnika	Ilość	Jednostka	Uwagi / Specyfikacja
Świeży szczypiorek	100	g	Jasnozielony, oczyszczony
Olej rzepakowy neutralny	200	ml	Do blendowania

4. Chrupiący jarmuż (Crispy Dehydrated Kale)

Nazwa składnika	Ilość	Jednostka	Uwagi / Specyfikacja
Jarmuż świeży	50	g	Porwany na małe kawałki, bez grubych nerwów
Oliwa z oliwek	5	ml	Do masażu
Sól	1	g	Szczypta

Instrukcje Przygotowania (Mise en Place)

- Peklowanie Golca:** Wymieszaj sól, cukier i blóðberg. Zasyj filet ryby ze wszystkich stron mieszanką. Trzymaj w lodówce przez dokładnie 30 minut. Następnie dokładnie opłucz w lodowatej wodzie i osusz papierowymi ręcznikami. Ryba stanie się jędrna, zbalansowana w smaku i lekko pachnąca lasem.
- Żel Ponzu-Yuzu:** Rozpuść agar-agar w ponzu i soku z yuzu. Doprowadź do wrzenia i gotuj przez 1 minutę. Przelej do płaskiego naczynia i wstaw do lodówki do pełnego stężenia (ok. 1 h). Zblenduj powstałą twardą galaretkę w Vitamixie na najwyższych obrotach do uzyskania gładkiego, lśniącego fluid gelu. Przelej do squeeze bottle.
- Olej Szczypiorkowy:** Blansuj szczypiorek we wrzątku przez 10 sekund i natychmiast zahartuj w lodzie. Odcisnij wodę bardzo dokładnie. Blenduj z olejem przez 5 minut, aż blender lekko się rozgrzeje. Przepuść przez filtr papierowy do kawy.
- Chrupiący Jarmuż:** Porwij jarmuż, wymasuj z oliwą i solą. Susz w dehydratorze w 55°C przez 6-8 godzin, aż listki będą kruche jak szkło. Przechowuj hermetycznie.

Procedura Serwisu i Prezentacji (Service Steps)

- Wyjmij gładki filet ryby z lodówki. Pokrój pod kątem na plastry sashimi o grubości ok. 8 mm (skóra pozostaje na spodzie każdego plastra). Porcja to 5 plasterów (ok. 100g).
- Ułóż plastry na metalowej tacy skórą do góry. Opalaj skórę palnikiem gazowym z odległości ok. 10 cm przez 5 sekund, aż zacznie pęcherzyć i uwolni się dymny zapach (mięso pod spodem powinno pozostać całkowicie chłodne i surowe).
- Ułóż plastry w wachlarz na płaskim, jasnym talerzu kamionkowym.
- Wyciśnij na rybę i wokół niej małe, błyszczące kropki żelu ponzu-yuzu. Oprósz lekko solą z alg morskich.

5. Skrop jaskrawym olejem szczypiorkowym. Udekoruj rzodkwią daikon i ułóż lekko 3-4 kawałki super-chrupiącego jarmużu dla przełamania tekstury.

Receptura: grilled icelandic langoustines

Receptura: Grillowane Langustyny z Höfn | Grilled Icelandic Langoustines

Wydajność: 4 porcje przystawkowe **Alergeny:** Skorupiaki, Mleko, Orzechy, Soja **Główne techniki:** Grillowanie na węglu (coal-grilling), Emulsyfikowanie masła (butter-glaze), Napowietrzanie lecytyną (lecithin-foaming), Prażenie orzechów.

Składniki (BOM)

1. Grillowane Langustyny (Grilled Langoustine Tails)

Nazwa składnika	Ilość	Jednostka	Uwagi / Specyfikacja
Ogony langustyn z Höfn	12	szt	Świeże, obrane, oczyszczone z jelita, nacięte na pół
Oliwa z oliwek	10	ml	Do skropienia przed grillem
Sól	1	g	Szczypta

2. Glazura z masła Gochujang (Gochujang Butter Glaze)

Nazwa składnika	Ilość	Jednostka	Uwagi / Specyfikacja
Masło niesolone	100	g	Islandzkie smjör najlepszej jakości
Pasta chili Gochujang	30	g	Koreańska sfermentowana pasta chili
Sok z limonki	10	ml	Świeżo wyciśnięty
Jasny sos sojowy	5	ml	Do zbalansowania słoności

3. Piana z trawy cytrynowej i imbiru (Lemongrass-Ginger Air)

Nazwa składnika	Ilość	Jednostka	Uwagi / Specyfikacja
Bulion rybny lekki lub Dashi	150	ml	Baza płynna
Śmietanka 36%	50	ml	Do zaokrąglenia smaku
Trawa cytrynowa	2	szt	Rozbita trzonkiem noża i posiekana grubo
Świeży imbir	20	g	Pokrojony w cienkie plasterki
Szałotka	1	szt	Posiekana grubo
Lecytyna sojowa	2	g	Środek napowietrzający w proszku

4. Kruszonka z orzechów laskowych (Hazelnut Crumble)

Nazwa składnika	Ilość	Jednostka	Uwagi / Specyfikacja
Orzechy laskowe	40	g	Łuskane

Instrukcje Przygotowania (Mise en Place)

- Langustyny:** Delikatnie oczyść i przekrój ogony wzdłuż na pół. Wyjmij ciemną nitkę jelita. Osusz i trzymaj na tacy w lodówce.
- Glazura Gochujang:** W małym rondelku rozpuść masło na małym ogniu. Dodaj pastę gochujang, sok z limonki i sos sojowy. Ubijaj energicznie trzepaczką na bardzo małym ogniu do uzyskania gładkiej, lśniącej emulsji. Utrzymuj w cieple (ok. 50°C), aby masło się nie rozwarstwiło.
- Napar z Trawy Cytrynowej i Imbiru:** W rondelku połącz bulion rybny, śmietankę, trawę cytrynową, imbir i szalotkę. Gotuj na wolnym ogniu przez 20 minut. Przecedź przez gęste sitko stożkowe, odciskając esencję. Wmieszaj lecytynę sojową i trzymaj w cieple (60°C).
- Orzechy:** Piecz orzechy laskowe w 160°C przez 10 minut. Potrzyj mocno w ściereczce, aby zsunąć gorzką ciemną skórkę. Posiekaj grubo nożem lub rozgnieć w moździerzu.

Procedura Serwisu i Prezentacji (Service Steps)

- Mocno rozpal grill węglowy Robata (żar powinien być biały). Skrop ogony langustyn oliwą i lekko posól.
- Ułóż na ruszcie nacięciem do dołu i grilluj przez dokładnie 1 minutę. Obróć szczypcami.

- Pędzelkiem silikonowym obficie posmaruj grillowane langustyny ciepłym masłem gochujang. Grilluj kolejne 30-45 sekund (mięso w środku musi pozostać soczyste i perłowe). Zdejmij na ciepłą tacę roboczą.
- Zblenduj napar z lecytyną za pomocą blendera ręcznego, trzymając końcówkę pod kątem na powierzchni płynu, aż powstanie obfita, lekka piana (air). Odstaw na 30 sekund do ustabilizowania.
- W ciepłej, podłużnej misie ułożyć po 6 połówkowych ogonów langustyn na porcję (układaj jedna na drugiej, aby stworzyć wysokość). Polanie pozostałym masłem gochujang.
- Posyp langustyny kruszonką z orzechów laskowych. Nałóż na wierzch obfitą chmurę piany z trawy cytrynowej i imbiru bezpośrednio z powierzchni garnka. Podawaj natychmiast.

Receptura: local dry aged ribeye

Receptura: Lokalny Ribeye Sezonowany na Sucho | Local Dry-Aged Ribeye (300g)

Wydajność: 4 porcje główne **Alergeny:** Mleko **Główne techniki:** Sezonowanie wołowiny na sucho (dry-aging), Grillowanie na wprost nad żarem (coal-grilling), Pieczenie kości szpikowych, Emulsyfikacja masła szpikowego, Odpoczynek mięsa (resting).

Składniki (BOM)

1. Steki z Antrykotu (Dry-Aged Ribeye Steaks)

Nazwa składnika	Ilość	Jednostka	Uwagi / Specyfikacja
Islandzka wołowina antrykot	4	szt	Sezonowana na sucho przez 35 dni, steki po 300g
Olej rzepakowy neutralny	15	ml	Do muśnięcia steku przed grillem
Sól morska Maldon	10	g	Do doprawienia i wykończenia

2. Masło z wędzonego szpiku kostnego (Smoked Bone Marrow Butter)

Nazwa składnika	Ilość	Jednostka	Uwagi / Specyfikacja
Kości szpikowe wołowe	600	g	Pocięte wzdłuż na łódki
Masło niesolone	150	g	Islandzkie smjör o temperaturze pokojowej
Sól morska	4	g	Do smaku
Szczypior drobny	10	g	Bardzo drobno posiekany

Instrukcje Przygotowania (Mise en Place)

- Wołowina:** Porcjuj dojrzewający antrykot na steki o wadze dokładnie 300g. Oczyść z twardych brzegów sezonowania (*bark*), jeśli to konieczne. Wyjmij steki z lodówki na dokładnie 1 godzinę przed grillowaniem, aby mięso osiągnęło temperaturę pokojową.
- Masło Szpikowe:**
 - Ułóż kości szpikowe na ruszcie lub w piecu Josper nagrzanym do 220°C. Piecz przez ok. 15-20 minut, aż szpik zbrązowieje, stanie się miękki i nasyci się dymem z węgla drzewnego.
 - Wydrąż gorący szpik łyżką kuchenną, przetrzyj przez drobne sitko kuchenne (powinno pozostać ok. 100-120g czystego szpiku). Pozostaw do ostygnięcia do temperatury pokojowej.
 - Zblenduj lub utrzyj miękkie masło ze szpikiem, solą i posiekanym szczyporkiem. Zawiń ściśle w folię spożywczą, formując walec o średnicy ok. 3 cm, i wstaw do lodówki do pełnego stężenia. Przed serwisem pokrój w krążki o grubości 1 cm (ok. 15g każdy).

Procedura Serwisu i Prezentacji (Service Steps)

- Rozgrzej grill węglowy Josper lub Robata do temperatury roboczej ok. 350°C. Upewnij się, że ruszt jest idealnie czysty i natłuszczony.
- Osusz steki z nadmiaru wilgoci. Skrop delikatnie olejem rzepakowym i obficie posyp solą Maldon ze wszystkich stron.
- Ułóż steki bezpośrednio nad żarem. Grilluj przez 2 minuty, obróć o 90 stopni (dla uzyskania ładnej kratki grillowej) i grilluj kolejne 2 minuty.
- Obróć steki na drugą stronę i grilluj przez 3-4 minuty, kontrolując stopień wysmażenia. Dla medium-rare temperatura w środku powinna wynosić 51-52°C.
- Zdejmij steki z grilla, przełóż na kratkę do odpoczynku. Na szczycie każdego steku umieść krążek masła ze wędzonego szpiku. Pozostaw steki do odpoczynku (resting) w ciepłym miejscu przez 5-8 minut (masło powoli stopi się, łącząc się z sokami mięsnymi w dymną glazurę, a temperatura wewnętrzna wzrośnie do 54°C).

6. Pokrój odpoczęty stek w grube plastry (tagliata), ułóż na podgrzanym żeliwnym półmisku. Polej pozostałymi z odpoczynku sokami z masłem szpikowym, oprósz solą Maldon i serwuj natychmiast.

Receptura: golec arktyczny mi cuit z rokitnikiem

Receptura: Golec Arktyczny „Mi-Cuit” z rokitnikiem | Arctic Char „Mi-Cuit” Main

Wydajność: 4 porcje główne **Alergeny:** Ryby, Soja **Główne techniki:** Gotowanie sous-vide w niskiej temperaturze (42°C), Solankowanie (brining), Żelowanie i homogenizacja rokitnika, Gotowanie, dehydratacja i głębokie smażenie skórki rybnej (puffing), Pikłowanie warzyw.

Składniki (BOM)

1. Golec Arktyczny Mi-Cuit (Arctic Char Fillet)

Nazwa składnika	Ilość	Jednostka	Uwagi / Specyfikacja
Świeży filet z Golca Arktycznego	600	g	Bez ości, skóra zdjęta, pocięty na 4 porcje po 150g
Sól morska	100	g	Do solanki 10%
Woda filtrowana	1000	ml	Do solanki

2. Żel z Rokitnika (Sea Buckthorn Fluid Gel)

Nazwa składnika	Ilość	Jednostka	Uwagi / Specyfikacja
Sok z rokitnika	150	ml	100% naturalny, bez cukru
Miód islandzki	30	g	Do zbalansowania kwasowości
Agar-agar	1.8	g	Proszek roślinny

3. Spulchniona skórka rybna (Puffed Fish Skin)

Nazwa składnika	Ilość	Jednostka	Uwagi / Specyfikacja
Skóra z golca arktycznego	4	szt	Cała, oczyszczona z łusek
Olej do głębokiego smażenia	500	ml	Do smażenia

4. Pikłowana rzodkiew Daikon (Pickled Daikon)

Nazwa składnika	Ilość	Jednostka	Uwagi / Specyfikacja
Rzodkiew Daikon	100	g	Obrana, pocięta na mandolinie
Ocet ryżowy	50	ml	Do zalewy
Woda	30	ml	Do zalewy
Cukier biały	20	g	Do zalewy
Sól	1	g	Szczypta

Instrukcje Przygotowania (Mise en Place)

1. Przygotowanie Ryby i Solankowanie:

- Rozpuść sól w wodzie filtrowanej, aby stworzyć 10% solankę. Schłódź do 2-4°C.
- Zanurz porcje golca w solance na dokładnie 10 minut. Ten proces ujędrnia rybę i zapobiega wyciekaniu białka (albuminy) podczas gotowania sous-vide.
- Oplucz szybko w lodowatej wodzie, osusz dokładnie i zapakuj próżniowo (worki vacuum) z odrobiną neutralnego oleju lub masła.

2. Żel z Rokitnika:

W rondelku połącz sok z rokitnika, miód i agar-agar. Doprowadź do wrzenia i gotuj przez dokładnie 1 minutę, mieszając. Przelej do płaskiego naczynia i odstaw do lodówki do stężenia. Zblenduj twardą galaretkę w blenderze Vitamix na najwyższych obrotach przez 3 minuty do uzyskania aksamitnego, jaskrawopomarańczowego fluid gelu. Przelej do squeeze bottle.

3. Spulchniona Skórka (10 godzin wcześniej):

Gotuj skórę w wrzątku przez 5 minut. Ostrożnie wyjmij i łyżką zeskrob tłuszcz i mięso z wewnętrznej strony, aż powstanie przezroczysta błona. Susz w dehydratorze w 60°C przez 8-10 godzin. Smaż wysuszone kawałki w głębokim oleju o temperaturze 200°C przez 3 sekundy do gwałtownego napuszenia. Odsącz, posól.

4. Pikłowany Daikon:

Zagotuj ocet, wodę, cukier i sól. Pozostaw do ostygnięcia. Włóż plasterki rzodkwi daikon do zalewy na minimum 1 godzinę przed serwisem.

Procedura Serwisu i Prezentacji (Service Steps)

1. Nagrzej kąpiel wodną sous-vide do dokładnie 42°C. Gotuj zapakowane porcje golca przez 15-18 minut (mięso stanie się idealnie maślane, miękkie i różowo-pomarańczowe).
2. Ostrożnie rozetnij woreczek i wyjmij delikatny filet za pomocą szerokiej łopatką, odsączając soki na ręczniku papierowym.
3. Ułóż rybę na środku dużego, ciepłego, płaskiego talerza piaskowego. Oprósz delikatnie solą z alg.
4. Wyciśnij wokół ryby estetyczne kropki kwaśno-słodkiego żelu z rokitnika.
5. Ułóż zrolowane plasterki piklowanej rzodkwi daikon oraz 2-3 duże kawałki chrupiącej, spulchnionej skórki rybnej i chrupiącego jarmużu. Podawaj natychmiast – ryba rozpływa się w ustach, kontrastując z chrupkością skóry i rzeźkością rzodkwi.