



Veganes Gunkan Sushi

Für den Sushi Reis:

250 g Lien Ying Sushi Reis

2 Esslöffel Lien Ying Reis Essig

1 Teelöffel Zucker

1 Teelöffel Salz

Gesamtzeit: 1 h

Schwierigkeitsgrad: mittel

Portionen: 10 Portionen

1 Variante:

50 g Lien Ying Veganes Masago Classic

0.5 Avocado, fein gewürfelt

0.3 Gurke, fein gewürfelt

1 Teelöffel Lien Ying Bio Gerösteter Sesam

2. Variante:

50 g Lien Ying Veganes Masago Wasabi Style

1 Esslöffel vegane Mayo

1 Gurke, sehr fein gewürfelt

1 kleine Frühlingszwiebel, fein geschnitten

1 Teelöffel Lien Ying Sesam Öl geröstet

Zum Formen:

3 Blatt Lien Ying Nori Blätter 7 Stück

Zum Servieren:

Lien Ying Shoyu Sojasauce

Lien Ying Gari Ingwer für Sushi

Lien Ying Wasabi Paste

veganes Gunkan Sushi

1.

Sushi Reis nach Packungsanleitung zubereiten. Den Reisessig, Zucker und Salz unter Rühren erhitzen, bis sich Zucker und Salz aufgelöst haben. Den gekochten Reis in eine Schüssel geben, Würzmischung unterheben. Reis abkühlen lassen.

Nori Blätter in ca. 4 cm breite Streifen schneiden.

Hände mit Wasser anfeuchten. Aus dem Reis 10–12 ovale Reisbällchen formen. Nori-Streifen um die Reisbällchen wickeln und die Enden mit etwas Wasser verschließen. Oben sollte etwa 1–1,5 cm Nori überstehen, damit eine kleine „Schale“ entsteht.

1. Variante: Ein paar Avocado- und Gurkenwürfel in die Hälfte Gunkan geben. Mit Masago Classic bedecken. Mit etwas Sesam bestreuen.

2. Variante: Gurke, Frühlingszwiebel, vegane Mayo und Sesamöl verrühren. Eine kleine Menge in die restlichen Gunkan füllen. Mit Masago Wasabi Style toppen.

Beide Varianten nach Belieben mit Sojasauce, eingelegten Ingwer und Wasabi Paste servieren.