



Maki Sushi und Inside Out Rolls

Für den Reis:

250 g Lien Ying Sushi Reis

3 Esslöffel Lien Ying Reis Essig

2 Esslöffel Zucker

1 Teelöffel Salz

Gesamtzeit: 45 min

Schwierigkeitsgrad: mittel

Portionen: 3 Personen

Füllung nach Wunsch:

Avocado

Gurke

Räucherlachs

Lachs in Sashimi Qualität

Thunfisch in Sashimi Qualität

Frischkäse

Karotte

Für die Zubereitung:

1 Packung Lien Ying Nori Blätter 7 Stück

Etwas Lien Ying Wasabi Paste

Nach Belieben Lien Ying Bio Gerösteter Sesam

1 Lien Ying Maki Su Matte

Zum Servieren:

Lien Ying Hashi Ess-Stäbchen

Lien Ying Shoyu Sojasauce

Lien Ying Gari Ingwer für Sushi

Lien Ying Wasabi Paste

Lien Ying Sriracha Mayo

Maki Sushi und Inside Out Rolls

1.

Für den Sushi Reis:

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 mit einem feuchten Küchentuch abdecken und etwas auskühlen lassen.

Für die Füllungen:

Verwendete Füllungen in dünne Streifen schneiden.

Für Maki Sushi:

Nori Blätter in Hälften schneiden und die Bambusmatte mit Frischhaltefolie einwickeln. Ein halbiertes Nori-Blatt mit der rauen Seite nach oben auf die Bambusmatte legen. Reis darauf verteilen, dabei einen Rand von ca. 1,5 cm oben frei lassen. Etwas Wasabi längs auf dem Reis verteilen. Die gewünschte Füllung (Fisch oder Gemüse) längs auf einer Linie darüber legen. Den freien Rand auf dem Nori Blatt mit etwas Wasser befeuchten. Mit der Bambusmatte dann den Reis und die Füllung einrollen, sodass sie versiegelt ist. Mit einem scharfen, mit Wasser befeuchteten Messer die Rolle in etwa 6 Stücke schneiden.

Für Inside Out Rolls:

Nori Blätter in Hälften schneiden und die Bambusmatte mit Frischhaltefolie einwickeln. Nori-Blatt mit der rauen Seite nach oben auf die Bambusmatte legen. Dieses dünn mit Sushi Reis belegen. Noriblatt mit dem Reis umdrehen (der Reis liegt dann direkt auf der Bambusmatte). Etwas Wasabi längs auf dem Nori Blatt verteilen und dann die gewünschte Füllung längs auf einer Linie darüber auf das Noriblatt legen. Mit der Bambusmatte den Reis, Nori Blatt und die Füllung von unten nach oben einrollen. Die Rolle kann dann in geröstetem Sesam gewendet werden. Mit einem scharfen, mit Wasser befeuchteten Messer die Rolle in ca. 6 Stücke schneiden.

Servieren:

Sushi auf Platten anrichten und mit eingelegtem Ingwer, Wasabi, Sojasauce und Sriracha Mayo servieren.