

Sushi



Menge	Zutaten	Zubereitung
1 Tasse	Sushi Reis	Reis gründlich mit kaltem Wasser waschen!
1 ½ Tassen	Wasser	Wasser zugeben, aufkochen, auf niedrigste Stufe zurückschalten und ca. 10 Minuten ausquellen lassen. Von der heißen Platte weg stellen, ein sauberes Geschirrtuch zwischen Topfdeckel und Topf legen und weitere 20 Minuten ruhen lassen.
3 EL	Reisessig	In einem kleinen Topf erhitzen, Zucker und Salz dabei auflösen, nicht kochen lassen! Reis in eine große Schüssel umfüllen, mit der Marinade mischen und auskühlen lassen.
1 EL	Zucker	
1 TL	Salz	
1 Spritzer	Sojasaße, japanisch	
Füllungen: Gebratene und mit Sojasaße marinierte Hühnerbruststreifen, Lachs, Surimi, Avocado, rote und gelbe Paprikaschote, Gurke...		
1 Pckg.	Nori Blätter (Seetang)	Eine Bambusmatte mit einem (oder einem längs halbierten) Nori Blatt belegen, raue Seite nach oben! Sushi Reis mit feuchten Händen 1 cm dick aufstreichen, am Rand 1-2 cm frei lassen in die Mitte längs einen Streifen Wasabi geben (Vorsicht scharf!!!), nach Wusch belegen, mit Hilfe der Matte aufrollen, freien Rand mit etwas Wasser bestreichen, übereinander rollen und gut fest drücken ! Wenn man die Bambus- Matte mit Frischhaltefolie bezieht, kann man auch ohne Seetang Sushis rollen. Man streut dann etwas Sesam zuerst auf und verteilt darauf den Reis. Rolle mit einem scharfen, nassen Messer in 6 Stücke schneiden und mit den Beilagen anrichten.
etwas	Wasabi- Paste	
2 EL	Sesam, frisch geröstet	
1 Glas	eingelegter Ingwer	
	Japanische Sojasaße	
	Als Beilage Ingwer und Sojasaße dazu reichen. Mit Stäbchen essen!!!	