

# Sushi

## ***Zutaten:***

Nori-Blätter

Beliebige „Füllung“

250 g Sushi Reis (japanischer Rundkorn-Reis)

3 El Reisweinessig

2 El Zucker

1 Tl Salz

***Für 4 Portionen***

***Gesamtzeit:*** ca. 70 Minuten



## Der Reis

1. Gib den Sushi-Reis in ein Sieb und spüle ihn mit kaltem Wasser so lange ab, bis das ablaufende Wasser nicht mehr trüb ist. Den Reis gut abtropfen lassen.
2. Vermenge Reisessig, Zucker und Salz in einem kleinen Topf und erwärme das Ganze unter Rühren, bis sich der Zucker und das Salz aufgelöst haben. Nimm die Flüssigkeit anschließend vom Herd und lasse sie abkühlen.
3. Jetzt den Reis kochen. Für die Zubereitung im Topf lässt du den Sushi-Reis mit 350 ml Wasser aufkochen und anschließend circa 15 Minuten bei geringer Hitze köcheln. Danach nimmst du den Topf vom Herd, klemmst ein Leinentuch oder etwas Küchenpapier zwischen Topf und Deckel und lässt den Sushi-Reis auf diese Weise 15 bis 20 Minuten ruhen.
4. Fülle den Reis nun in eine große Schüssel und arbeite die vorbereitete Essig-Mischung vorsichtig mit einem Spatel ein. Wichtig ist, den Sushi-Reis nicht durch Rühren zu quetschen. Halte den Spatel dabei schräg und ziehe vorsichtig Furchen in den Reis, damit er schneller abkühlen kann.
5. Bedecke den fertigen Sushi-Reis mit einem feuchten Tuch und lasse ihn noch einmal 30 Minuten bei Raumtemperatur ruhen – im Kühlschrank würde er hart werden. Im Anschluss ist er bereit für die Weiterverarbeitung.

## Sushi

1. Den Reis mit feuchten Fingern auf einem Noriblatt verteilen (auf einer Bambusmatte und am Ende etwas Platz lassen)
2. Am unteren Ende eine Reihe Füllung legen und beginnen unter gleichmäßigem Druck zu rollen.
3. Den freien Rest des Nori-Blattes anfeuchten und weiterrollen. Unter Druck die Rolle in Form bringen.
4. Schlussendlich mit Soja-Sauce und Wasabi servieren.

***Guten Appetit!***