SVG-Logo wird im PDF nicht unterstützt. Bitte laden Sie ein JPG- oder PNG-Logo in den Plugin-Einstellungen hoch.

Email: info@michelsen-versand.de Tel: +49 40 254 055 55 Web: www.michelsen-versand.de

Die japanische Küche - Avocado Sushi

Zubereitungszeit: 30 min

Kochzeit: 30 min

Gesamtzeit: 1 h

Schwierigkeitsgrad: einfach

Portionen: 4 Personen

Die japanische Küche - Avocado Sushi

400 g Sushi Reis

0.5 Salatgurke

0.5 Avocado

Wasabi

1 Teelöffel Kokosblütenzucker

4 Esslöffel Reisessig

Meersalz mit Spirulina, rosa Pfeffer und Chili

Die japanische Küche - Avocado Sushi

1.Den Sushi Reis drei Mal gut abwaschen und anschließend in Salzwasser, im Verhältnis 1 zu 1,2 kochen. Den fertigen Reis vom Herd nehmen und etwas ausdämpfen lassen. Den Kokosblütenzucker mit dem Meersalz mit Spirulina, rosa Pfeffer und Chili im Reisessig auflösen und unter den gekochten Reis rühren.

2.Aus dem Reis nun gleichgroße Rollen formen und diese in die gewünschte Länge schneiden. Dünn mit Wasabi bestreichen und mit Gurke und Avocado belegen. Sie

können die Sushi auch mit sämtlichen anderem, fein geschnittenem Gemüse, mit rohem Lachs oder Thunfisch oder zum Beispiel auch mit Carpaccio belegen.

3.Als Dip eignet sich eine Sauce auf Basis von Sojasauce hervorragend. Dazu rühren Sie Sojasauce mit etwas Reisessig und einem Teelöffel Honig mit Ingwer an. Diese Kombination aus Süße, Salzigkeit und Säure, verbunden mit der leichten Schärfe ist ein absoluter Hit.

4.Zusätzlich können Sie zum Sushi eingelegten Ingwer und anderes eingelegtes Gemüse anbieten. Kimchi harmoniert ebenfalls ausgezeichnet mit Sushi.

5.Wenn Sie eine Sushimatte haben, belegen Sie diese mit einem Noriblatt. Darauf verteilen Sie den Reis und legen Avocado und Gurke, oder anderes Gemüse auf den Reis. Mit etwas Geschick rollen Sie diese nun ein.

6.Ihr Sushi sieht optisch auch sehr ansprechend aus, wenn Sie es zusätzlich mit etwas hellem und schwarzem Sesam garnieren.