

Rezepte für Mensch und Technologie

Maki-Sushi Rezept...

...mit Möhre, Gurke und Lachs

- U N V E R G L E I C H B A R -



Lebensmittelecht

● Die Sushi bekommen einen nussigen Geschmack, wenn man die Füllung mit geröstetem Sesam bestreut.

Zutaten für 24 Stück:

- 1 Möhre + 100g Salatgurke
 - 100 g roher Lachs
(Sushi Qualität von der Theke)
 - 3 Eßl. Reiswein (Sake)
 - ½ TL. Zucker + ¼ TL. Salz
 - 1 Tasse Reis (Sushi-Reis)
 - 2 Noriblätter = 4 Halbe
 - Meerrettich (Wasabi)
- Außerdem:
- Japanische Sojasauce
 - Eingelegter Ingwer

Zubereitung

- Den Sushi-Reis gemäß der Verpackungsanleitung zubereiten und abkühlen lassen.
- Lachs zum schneiden in Folie packen und im TK-Fach ca. 20 Min. anfrieren lassen. (nicht komplett einfrieren)
- Möhre und Gurke schälen, die Gurke längs halbieren und entkernen. Beide Gemüse in etwa ½ cm Streifen schneiden.
- In einer kleinen Pfanne Reiswein, 2 Eßl. Wasser, Zucker und Salz kurz aufkochen lassen. Die Möhrenstreifen hineingeben und 1 Minute blanchieren. Vom Herd nehmen, die Gurkenstreifen dazugeben, das Gemüse im Sud abkühlen lassen.
- Den angefrorenen Lachs aus dem TK-Fach nehmen und auch in etwa ½ cm Streifen schneiden.
- Ein halbes Nori-Blatt quer auf eine Sushi-Rollmatte legen und den Reis mit feuchten Händen jeweils 1cm vom Rand entfernt auftragen. Nicht zu dick, aber gleichmäßig das Blatt bedecken. Wasabi darauf verteilen. (Vorsicht, sehr scharf) Anschließend den Lachs und das Gemüse ungefähr in der Mitte und parallel zum unteren Nori-Blattrand verteilen. Den freigelassen Rand anfeuchten und mittels Sushi-Rollmatte zu einer Rolle wickeln und fest andrücken. Diesen Vorgang vier Mal wiederholen. Die 4 Rollen kühl stellen und kurz vor dem servieren in 4x6 = 24 Stücke schneiden.

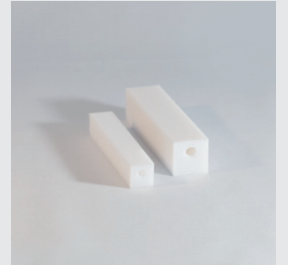
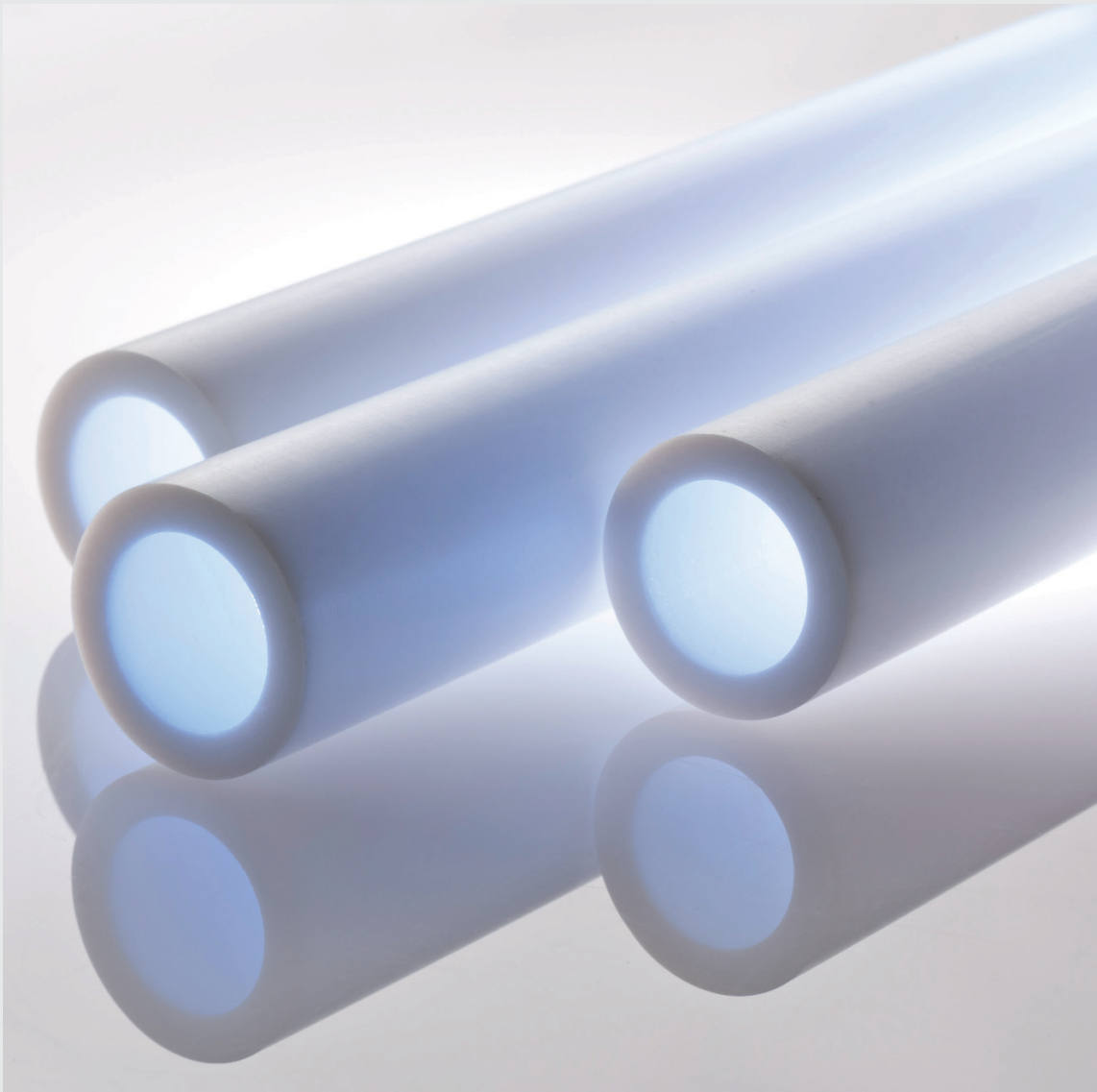
Dazu wird ein Schälchen Sojasauce, Wasabi und eingelegter Ingwer gereicht.



PTFE-Hightech-Kunststoff-Lösungen

Einsetzbar in einer fast grenzenlosen Produktvielfalt

WA B-E-R-G.de/10.2015



Möglich ist, was der Kunde will!

Beichler + Grünenwald konzipiert, entwickelt und fertigt Extrudate, Halbzeuge, Beschichtungen und Sonderformen mit innovativen Verfahren für Kunden aus aller Welt. Führende Kunststoff-Technologie entsteht mit schwäbischem Tüftlergeist und dem Bekenntnis zum Standort sowie zu den Menschen in der Region.