Maki – Sushi Makirollen



Zusammenstellung und Foto von Gisela Martin

Zutaten:
Sushireis (wenn es Hauptspeise sein soll ca. 120 gr/Person)
Reisessig (nach Belieben)
Noriblätter
Zum Füllen: In MInimengen: Salatgurke/Paprikaschote/Avocado/Lachs/Zitrone/Thunfisch/Mayonese/Kresse etc. etc. nach Belieben
Spezielle Hilfsmittel: Bastmatte, gibts im Supermarkt oder Asialaden für ca 2 EUR

Ggf. noch: Wasabipaste, Soyasauce, Ingwer

Zubereitung:
Reis in Wasser waschen, dann wie normalen Reis mit Salz kochen. Abkühlen lassen.

Reisessig nach Belieben mit dem Reis vermischen (abschmecken, wieviel man mag. Der Reisessig ist ganz mild).

In Gewürzmühle ein paar Löffel Thunfisch mit ein oder zwei Löffel Mayonese mixen, ggf. Kresse unterrühren.

Avocado/Paprika/Gurke/Lachs und was sonst noch da ist in Streifen schneiden.

Jeweils ein Noriblatt (glänzende Seite nach unten) auf eine Bastmatte legen.

Mithilfe der Kenwood-Spachtel den abgekühlten Reis dünn auf das Noriblatt drücken. Am Rand oben und unten ca. einen Zentimeter frei lassen und das freie Ende mit Wasser bepinseln.

Im unteren Drittel ein oder zwei Reihen mit Füllung hinlegen. Z.B. eine Reihe Avocadostreifen, daneben Lachsstreifen und etwas Zitronensaft drüber geträufelt.

Oder Gurkenstreifen und drüber etwas Thunfischpaste mit Kresse.

Oder vorher angebratener Lachs mit Paprika und Salatgurkenstreifen

Oder koreanischer gelber Rettich mit Gurke
Oder oder oder….

Dann mithilfe der Bambusmatte einrollen, mit der Bamusmatte kann man gut formen.

So mit den weiteren Blättern verfahren, bis der Reis und die Füllungen aufgebraucht sind.

In Korea gab es die Rollen am Stück in Alufolie eingewickelt zu kaufen. Man hat die Rollen am Stück als Brotzeit gegessen

Wer nicht unterwegs essen möchte, braucht ein gutes, scharfes Messer und schneidet sich Scheiben ab (die Randstücke sind immer nicht schön und dienen der Qualitätskontrolle).

Zusammen mit Soyasoße, Wasabi und Ingwerscheiben servieren.