

Rezept

Dreierlei Sushi-Canapés

Ein Rezept von Dreierlei Sushi-Canapés, am 19.04.2024

Zutaten

- | | |
|---|--|
| 1 kleine Möhre | 1 TL Kokosraspel |
| 1 TL Öl | Salz und Cayennepfeffer |
| 4 Wachteleier | 8 große Petersilienblätter |
| 1 Frühlingszwiebel | 50 g frisches Tunfisch- oder Lachsfilet |
| 1 Rezept vorbereiteter Sushi-Reis | schwarzer oder heller Sesam zum Wälzen |
| 3 EL gemischte fein gehackte Kräuter | Essigwasser |
| Ausstechform (etwa 4 cm Ø) | |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 24 Stück | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 60 kcal

Zubereitung

1. Für die Chilimöhren-Canapés die Möhre schälen, putzen, in winzige Würfel schneiden. Kokosraspel in einer trockenen Pfanne goldgelb rösten, herausnehmen. Öl in der Pfanne erhitzen, Möhrenwürfel darin in 5-7 Min. bissfest dünsten. In einem Sieb abtropfen lassen. Mit Kokosraspel mischen und mit Salz und etwas Cayennepfeffer würzen.
2. Für die Wachteleier-Canapés die Eier in Wasser 4 Min. kochen. Kalt abschrecken, abkühlen lassen. Eier pellen, längs halbieren und leicht salzen. Petersilienblätter waschen und trockentupfen.
3. Für das Fischtatar die Frühlingszwiebel waschen, putzen und trockentupfen. Zusammen mit dem Fischfilet sehr fein hacken. Mit 1 Prise Salz würzen.
4. Den Sushi-Reis 1½-2 cm dick auf eine Arbeitsplatte streichen. Mit einer Ausstechform 24 Kreise (etwa 4 cm Ø) ausstechen, die Form dabei immer wieder in Essigwasser tauchen.
5. Die Ränder von acht Reiskreisen in Sesam wälzen, die Oberfläche mit je 1 Petersilienblatt und 1 Eihälfte belegen. Die Ränder von acht weiteren Reiskreisen in den Kräutern wälzen und obenauf die Chilimöhren anrichten. Auf die übrigen acht Reiskreise etwas Fischtatar in die Mitte platzieren.