

Rezept

Hoso-Maki rollen

Ein Rezept von Hoso-Maki rollen, am 17.12.2025

Zutaten

| | | | |
|-------------|--|--------------|---|
| 4 | Nori-Blätter | 600 g | gekochter Sushireis (siehe Rezept-Tipp) |
| 2 TL | Wasabipaste | 500 g | Fischfilet (fein gewürfelt) |
| 40 | Schnittlauchhalme (gewaschen und trocken getupft) | | Sushimatte |

Essigwasser (Fingerschälchen kaltes Wasser
mit 1 Spritzer Reisessig)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 32 Stück | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca.
45 kcal

Zubereitung

- 1.** Die Sushimatte auf die Arbeitsfläche legen. 1 Noriblatt mit der glatten Seite nach unten längs auf das untere Ende der Sushi matte legen.

- 2.** Die Hände mit Essigwasser befeuchten. Ca. 150 g Reis auf dem Noriblatt verteilen, dabei an der hinteren Seite einen 2 cm breiten Rand frei lassen.

- 3.** In der Mitte der Reisfläche $\frac{1}{2}$ TL Wasabipaste längs verstreichen. 125 g Fisch längs in einer Linie darauf anordnen, 10 Schnittlauchhalme danebenlegen.

- 4.** Die Sushimatte am unteren Ende anheben und damit Reis und Füllung einrollen. Darauf achten, dass die Füllung in der Mitte der Rolle bleibt.

- 5.** Um die Sushirolle rund zu formen, einen Teil der Matte darüber legen und die Rolle mit den Händen behutsam aber dennoch fest zusammendrücken.

- 6.** Mit der Naht nach unten auf ein Brett legen und mit einem sehr scharfen, feuchten Messer in acht Stücke schneiden. Drei weitere Hoso-Maki zubereiten.