

Rezept

Hosomaki-Sushi mit Lachs und Avocado

Ein Rezept von Hosomaki-Sushi mit Lachs und Avocado, am 25.07.2024

Zutaten

2 TL Sesamsamen	1/4 reife Avocado
125 g ganz frisches Lachsfilet	2 geröstete Noriblätter (gepresste Algen)
350 g vorbereiteter Sushi-Reis	1 TL Wasabipaste (japanischer grüner Meerrettich)
Bambusmatte zum Aufrollen (Asienladen)	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 16 Stück | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 100 kcal

Zubereitung

1. Den Sesam in einer beschichteten Pfanne ohne Fett unter Rühren goldbraun rösten, abkühlen lassen. Das Avocadoviertel schälen. Das Lachsfilet von evtl. vorhandenen Gräten befreien und trockentupfen. Avocado und Lachs längs in ca. 1/2 cm breite Streifen schneiden.
2. Die Noriblätter mit der Küchenschere halbieren. Eine Hälfte mit der glänzenden Seite nach unten so auf die Bambusmatte legen, dass der Rand mit der Unterkante der Matte abschließt.
3. Eine Portion Reis ca. 1/2 cm dick darauf streichen, dabei an den Längsseiten ca. 1 cm Rand lassen. Den Reis im vorderen Drittel ganz dünn mit Wasabipaste (Achtung: sehr scharf!) bestreichen (Step 1). 1/4 der Avocado- und Lachsstreifen darauf legen (Step 2).
4. Die Bambusmatte leicht am unteren Ende anheben und das Noriblatt Stück für Stück aufrollen (Step 3). Die Matte dabei fest andrücken. In der gleichen Weise 3 weitere Rollen formen. Jede Rolle quer in 4 gleich große Stücke schneiden und mit geröstetem Sesam bestreuen. Dazu nach Belieben Sojasauce zum Dippen und eingelegten Ingwer (Asienladen) servieren.