

Rezept

Käse-Sushi

Ein Rezept von Käse-Sushi, am 28.06.2026

Zutaten

2 Packungen Scheibenkäse (z.B Cheddar)
**(ca. 14
Scheiben)**

schwarzer Sesam

1 Packung Toastbrot

1 Avocado

rote Rettich Kresse

Sojasauce

6 EL Frischkäse

1/2 Salatgurke

1/2 Paprika

Rucola

4 Cornichons

ca. 5 Scheiben Hähnchenbrustaufschnitt

Wasabi

eingelegter Ingwer

Rezeptinfos

Portionsgröße 4 | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 397 kcal, 24 g F, 18 g EW, 25 g KH

Zubereitung

1. Für die Füllung den Rucola waschen. Gurke schälen und in Streifen schneiden. Paprika ebenfalls waschen und in Streifen schneiden. Cornichons in Streifen und Avocado in Spalten schneiden.

2. Toastscheiben mit dem Nudelholz platt rollen und den Rand entfernen. Wir haben unsere Sushi-Rollen jetzt einfach ganz bunt nach Lust und Laune mit den verschiedenen Zutaten gefüllt. Dafür den Toast mit Frischkäse bestreichen und jede Scheibe mit der gewünschten Füllung belegen. Die Toastscheibe vorsichtig aufrollen. Die Rolle nach Belieben noch in schwarzem Sesam wälzen und anschließend wie beim Sushi in Scheiben schneiden. Unsere Röllchen sind zum Beispiel gefüllt mit Käse, Paprika und Brunnenkresse. Mit Hähnchenbrust, Salatgurke und Rucola. Mit Käse und Avocado. Für eine low-carb-Variante lässt du den Toast einfach weg und wickelst die Füllung nur in den Käsescheiben auf; Zum Beispiel zusammen mit Cornichon und etwas Kresse.