

Rezept

Sushi-Wraps

Ein Rezept von Sushi-Wraps, am 03.05.2024

Zutaten

125 g TK-Garnelen (küchenfertig)	150 g Sushireis
125 g Radieschen	2 1/2 EL Reissessig
5 TL Zucker	2 TL geröstetes Sesamöl
Salz	1/2 orange Paprika
1 1/2 EL Limettensaft	1 TL Wasabipaste
2 EL Mayonnaise	1 Handvoll Salat-Mix
2 Nori-Blätter	

Alternativ schmeckt die Füllung auch in fertigen Weizen-Wraps

2 Wraps

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 590 kcal, 24 g F, 18 g EW, 75 g KH

Zubereitung

1. Garnelen in 1 Std. auftauen lassen. Sushi-Reis mit 300 ml Wasser aufkochen, offen 2 Min. kochen und dann auf der ausgeschalteten Herdplatte zugedeckt 20 Min. quellen lassen. Die Radieschen waschen, putzen, in dünne Scheiben schneiden und mit 1 EL Essig, 2 TL Zucker, Öl und etwas Salz kurz marinieren. Paprika putzen, waschen, in feine Streifen schneiden. In einer Pfanne die Garnelen bei kleiner Hitze in 4 Min. gar dünsten. Mit Salz und 1/2 EL Limettensaft würzen. Wasabi, übrigen Limettensaft, 2 TL Zucker und die Mayonnaise verrühren. Salat waschen und trocken schleudern.
2. Den übrigen Essig und Zucker sowie 1/2 TL Salz in einem Topf erwärmen. Rühren, bis sich Salz und Zucker aufgelöst haben. Den Reis gleichmäßig auf einem großen Teller verteilen, mit dem Sud beträufeln, abkühlen lassen.
3. Die Nori-Blätter mit der rauen Seite nach oben auf zwei Teller legen, Reis darauf verteilen, dabei oben einen Rand (1 cm) frei lassen. In der Mitte in einem Streifen Radieschen, Mayonnaise, Garnelen, Paprika und den Salat verteilen. Die Nori-Blätter aufrollen, freie Ränder mit Radieschenmarinade bestreichen und andrücken.