

Rezept

Sushi mit Tamago

Ein Rezept von Sushi mit Tamago, am 26.04.2024

Zutaten

100 g Sushireis	1 1/2 EL Reissessig
3 EL Mirin (japanischer Reiswein)	Salz
4 Eier (Größe M)	1 EL Sesamöl
1 EL Bonito-Flocken (Asienladen)	50 ml japanische Sojasauce
1/2 TL Zucker	1/2 TL Wasabipulver
1 Noriblatt (Asienladen)	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 205 kcal

Zubereitung

1. Reis nach Packungsangabe weich garen und auf Handwärme abkühlen lassen. Reissessig mit 1 EL Mirin und 1 TL Salz verrühren und unter den Reis rühren. So bekommt der Reis seine säuerliche Komponente und klebt gut.
2. Inzwischen für das japanische Omelette (Tamago) die Eier verschlagen. Sesamöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen.
3. Die Eier mit Bonito-Flocken, 1 EL Sojasauce, Zucker und restlichem Mirin aromatisieren, in die heiße Pfanne gießen. Das Omelette bei kleiner Hitze stocken lassen. Fertig gegarte Teile beiseiteschieben und Teig nachgießen. Nach 5 Min. Hitze ausschalten und das Omelette zugedeckt in der Restwärme durchgaren lassen.
4. Mit einem Esslöffel Reis abstechen, mit angefeuchteten Händen zu ca. 2 cm × 3 cm großen Rechtecken formen. Reisballen auf einer Platte nebeneinander anrichten.
5. Wasabipulver mit 1 TL Wasser zu einer Paste verrühren, evtl. noch mit etwas Wasser verdünnen. Wasabipaste mit den Fingern auf der Reisoberfläche verstreichen. Das Omelette in passend große Stücke schneiden, auf den Reisballen verteilen und fest andrücken.
6. Ein Noriblatt in Streifen von ca. 1 cm × 5 cm schneiden. Omelette und Reisballen damit umwickeln.
7. Restliche Sojasauce in Schüsselchen verteilen, nicht mit Wasabi aromatisieren (das machen in Japan nur die Ausländer). Zum Essen Sushi mit der Omeletteseite nach oben mit Stäbchen greifen, mit der Omeletteseite in die Sojasauce tauchen und in den Mund stecken. Zu Sushi trinken Japaner am liebsten grünen Tee, Sake oder Bier.