

Rezept

# Tamago-Nigiri

Ein Rezept von Tamago-Nigiri, am 18.09.2024

## Zutaten

6 Eier	2 EL Mirin (siehe Rezept-Tipp)
1 EL Sojasauce	1 TL Speisestärke
Salz	2 EL Sonnenblumenöl
1 Nori-Blatt	250 g gekochter Sushireis (siehe Rezept-Tipp)
rechteckige japanische Omelettpfanne	Sushimatte
kaltes Essigwasser	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 12 Stück | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 100 kcal

## Zubereitung

1. Die Eier aufschlagen. Mirin, Sojasauce und Stärke verquirlen, leicht salzen, unter die Eier rühren. Die Omelettpfanne erhitzen, mit etwas Öl einpinseln und ein Viertel der Eirmischung in der Pfanne dünn verlaufen lassen - so wie einen Crêpeteig. Den Teig bei schwacher Hitze in ca. 2 Min. stocken lassen, bis die Oberfläche gerade nicht mehr feucht glänzt.
2. Mit einem Pfannenwender oder mit Stäbchen das untere Drittel des Omeletts in die Mitte klappen, dann die entstandene Lage nochmals nach oben klappen. Das Omelett anheben, die Pfanne leicht einölen. Wieder ein Viertel der Eirmischung dazugeben, sodass das flüssige Ei unter das Omelett läuft. Wieder ca. 2 Min. stocken lassen, und wie beschrieben zusammenfallen.
3. Diesen Vorgang noch zweimal wiederholen, bis die Eier verbraucht sind und ein dicker Omelett-Ziegel entstanden ist. Diesen auf eine Sushimatte stürzen, mithilfe der Matte etwas zusammendrücken und dann abkühlen lassen.
4. Zum Fertigstellen das Noriblatt mit einer Schere in zwölf Streifen (je ca. 1 ½ cm × 12 cm) schneiden. Das Omelett quer in zwölf Scheiben schneiden. Ein Fingerschälchen kaltes Wasser mit 1 Spritzer Reissessig mischen, die Hände darin befeuchten, abschütteln. Aus dem Reis zwölf längliche Nigiri formen und mit Omelettstreifen belegen. Noristreifen um Reis und Omelett wickeln, an der Naht leicht andrücken, kurz festhalten. Nach wenigen Sekunden sollte der Noristreifen von selbst haften. Die Nigiri auf eine Platte setzen und servieren.