Rezept

Teriyaki-Oshi mit Räucherforelle

Ein Rezept von Teriyaki-Oshi mit Räucherforelle, am 25.05.2025

Zutaten

- **125 ml** Teriyakisauce (fertig gekauft oder selbst gemacht, siehe Rezept-Tipp)
- **400 g** gekochter Sushireis (siehe Rezept-Tipp)
- kaltes Essigwasser
- **300 g** Räucherforellenfilets (küchenfertig)
- **1** Nori-Blatt oder 2 EL Noriflocken (siehe Rezept-Tipp)
- Oshibako (Pressform für Oshi-Sushi, Innenmaß ca. 18,5 × 5 cm; Ersatz siehe Rezept-Tipp)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 12 - 16 Stück | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 65 kcal

Zubereitung

1. Die Teriyakisauce in einer Pfanne aufkochen (gekaufte Sauce auf zwei Drittel einkochen). Vom Herd nehmen und die Forellenfilets einlegen. Ca. 15 Min. ziehen lassen, dabei ab und zu mit einem Löffel etwas Sauce über die Filets geben.

2. Den Rahmen der Oshiform in kaltes Wasser legen, Boden und Deckel mit Frischhaltefolie bespannen. Das Noriblatt in kleine Stücke reißen. Den Rahmen abtropfen lassen und auf den Boden der Oshi-Form setzen. 200 g Sushireis in der Form verteilen und mit Nori bestreuen. Die Hälfte der Forellenfilets darauflegen, dabei die Filets so zuschneiden, dass der Reis bedeckt ist. Den Deckel auflegen und gleichmäßig andrücken.

3. Den Deckel abnehmen, mit einem feuchten Messer entlang der Schlitze in der Form schneiden. Deckel wieder auflegen, den Rahmen abziehen, dabei den Deckel mit den Daumen fixieren. Bei Formen ohne Schlitze zuerst den Rahmen abziehen, dann das Sushi in 6 - 8 gleichmäßige Stücke schneiden. Zweites Oshi ebenso zubereiten.