

## Rezept

# Tomaten-Sushi

Ein Rezept von Tomaten-Sushi, am 18.12.2025

## Zutaten

### Für das Sushi:

|               |                                  |                |                        |
|---------------|----------------------------------|----------------|------------------------|
| <b>200 g</b>  | Klebreis (Sushireis, Asienladen) | <b>3 EL</b>    | Reisessig              |
| <b>1 EL</b>   | Zucker                           |                | Salz                   |
| <b>3</b>      | Tomaten                          | <b>1 Stück</b> | Salatgurke (ca. 12 cm) |
| <b>ca. 15</b> | große Basilikumblätter           | <b>30 g</b>    | Pinienkerne            |
| <b>1 EL</b>   | Mayonnaise (Glas)                | <b>1 EL</b>    | Basilikumpesto (Glas)  |
| <b>4</b>      | Nori-Blätter                     |                | schwarzer Pfeffer      |

### Außerdem:

|                            |  |
|----------------------------|--|
| helle Sojasauce zum Dippen | eingelegte Ingwerscheiben (Gari, Asienladen) |
| Sushimatte (Bambus)        |  |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 320 kcal

## Zubereitung

1. Den Klebreis in ein Sieb geben und unter fließendem kaltem Wasser so lange waschen, bis das Wasser klar abläuft. Den Reis 30 Min. in einem Sieb abtropfen lassen. Dann den Reis mit 320 ml Wasser aufkochen und bei kleiner Hitze 20 Min. zugedeckt köcheln lassen. Den fertigen Reis in eine Schüssel umfüllen. Reisessig, Zucker und gut ½ TL Salz aufkochen und abkühlen lassen. Die Essigmarinade mit dem Reis mischen und den Reis auskühlen lassen.
2. Die Tomaten waschen und vierteln. Die Kerne und Stielansätze entfernen und die Tomaten in Streifen schneiden. Die Gurke putzen, waschen und längs halbieren. Das weiche Innere mit einem Teelöffel herauskratzen, dann das Fruchtfleisch in schmale Streifen schneiden. Die Basilikumblätter waschen und trocken tupfen. Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten, leicht salzen und abkühlen lassen. Die Mayonnaise mit dem Pesto verrühren.
3. Die Sushimatte mit Frischhaltefolie umwickeln. 1 Noriblatt mit der glänzenden Seite nach unten quer darauflegen. Ein Viertel der Reismenge auf dem Blatt verteilen, dabei an einer Längsseite einen ca. 2 cm breiten Rand frei lassen. Ein Viertel der Pesto-Mayonnaise 5 cm vom vorderen Rand entfernt in einem Streifen von links nach rechts auftragen. Den Reis mit Basilikumblättern belegen, Tomate und Gurke in einem Streifen von links nach rechts darauflegen, mit Pinienkernen bestreuen und pfeffern.
4. Reis und Füllung mithilfe der Sushimatte vom Körper weg ein Stück aufrollen. Die Sushirolle mit der Matte etwas fest ziehen, dann ganz einrollen. Die Matte entfernen und die Rolle in acht Stücke schneiden. Auf diese Weise noch drei weitere Rollen formen. Die Sushiröllchen mit Sojasauce und eingelegtem Ingwer anrichten.