

Rezept

Ura-Maki mit Lachs und Spargel

Ein Rezept von Ura-Maki mit Lachs und Spargel, am 11.06.2025

Zutaten

12 getrocknete Shiitake-Pilze

8 dünne grüne Spargelstangen oder 16 Thai-⊠Spargelstangen

ca. 75 g Panko (siehe Rezept-Tipp), ersatzweise grobe Semmelbrösel

1EL Zucker

500 g gekochter Sushireis (siehe Rezept-Tipp)

kaltes Essigwasser

300 g Lachsfilet (ohne Haut und Gräten)

Salz

1/2 Bund Schnittknoblauch

3 EL Rapsöl

3 EL Sojasauce

4 Nori-Blätter

Sushimatte

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 32 Stück | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 70 kcal

Zubereitung

- 1. Die Shiitakepilze mit 250 ml Wasser bedecken und mindes tens 12 Std. einweichen. Lachsfilet abbrausen, trocken tupfen und der Länge nach in 2 cm dicke Streifen schneiden. Den Spargel put zen, waschen und in Salzwasser 4 6 Min. kochen (Thaispargel ca. 3 Min. kochen). Den Spargel dann abgießen und kalt abschrecken. Den Schnittlauch waschen und trocken schütteln. Panko in einer kleinen Pfanne im Öl unter Rühren knusprig braun rösten, auf einen Teller geben und abkühlen lassen.
- 2. Die Pilze aus dem Wasser nehmen und mit der Sojasauce und dem Zucker in einen Topf geben. Das Einweichwasser durch ein feines Sieb dazugießen und alles bei schwacher Hitze ca. 30 Min. köcheln. Pilze abkühlen lassen, die Stiele abschneiden und wegwerfen. Die Hüte in Scheiben schneiden.
- 3. Die Sushimatte mit Frischhaltefolie umwickeln oder in einen Frischhaltebeutel stecken. 1 Noriblatt quer auflegen, 125 g Reis auf dem Noriblatt bis zum Rand verteilen. Mit 1 EL geröstetem Panko bestreuen. Das Noriblatt anheben und mit der Reisseite nach unten auf die Matte legen. Im unteren Drittel des Blattes je ein Viertel von Lachs, Pilzen, Spargel und Schnittlauch anordnen.
- 4. Ura-Maki mithilfe der Sushimatte aufrollen, dabei etwas fest ziehen. Die Rolle mit 1 EL geröstetem Panko bestreuen. Mit den restlichen Zutaten drei weitere Rollen formen und jede Rolle in acht gleich große Stücke schneiden.