



Zutaten

- für 30 Stück
- 350 g Sushi-Reis (Rundkornreis)
- 4 El Reissessig
- 1 1/2 El Zucker
- 1/2 TL Salz
- 5 Nori-Blätter, getoastet
- Füllung:
- 2 TL Wasabi-Paste
- 1 kleine Salatgurke
- 100 g blanchierter Spinat, gut ausgedrückt
- 150 g Rauchlachs, in Streifen
- zum Befeuchten der Hände:
- 1 dl Reissessig
- 3 dl Wasser
- 1 Bambusmatte

Zubereitung

1. Den Reis in einem Drahtsieb mit warmem Wasser überbrausen, in eine Schüssel geben und mit kaltem Wasser bedecken. Die Reiskörner zwischen den Handflächen reiben, das trübe Wasser abgiessen. Wieder frisches Wasser zugiessen. Den Vorgang wiederholen, bis das Wasser klar ist. Den Reis mit frischem Wasser bedecken, 20 Minuten quellen lassen, abgiessen, 20 Minuten stehen lassen.
2. Den Reis mit 3,5 dl Wasser aufkochen, zugedeckt bei schwacher Hitze köcheln lassen, bis der Reis alles Wasser aufgenommen hat. Auf der ausgeschalteten Wärme-quelle zugedeckt etwa 10 Minuten trocknen lassen. Von der Wärmequelle nehmen, weitere 10 Minuten stehen lassen. Reissessig, Zucker und Salz gut verrühren, portionenweise mit dem Reis vermengen. In einer Gratinform dünn ausstreichen.
3. Den Reissessig zum Wasser geben.
4. Die Gurke schälen, halbieren, entkernen, die Hälften in Längsrichtung in 3 mm x 3 mm dicke Streifen schneiden.
5. Bei den Nori-Blättern auf der Schmalseite je einen 4 cm breiten Streifen abschneiden. Je ein Blatt mit der glänzenden Seite nach

unten auf die Bambusmatte legen; die Längsseite und die Bambusröhrchen sollen in die gleiche Richtung zeigen. Zur Verstärkung abgeschnittene Nori-Streifen in Längsrichtung in die Mitte der Nori-Blätter legen. Je einen Fünftel der Reismasse mit befeuchteten Händen zu einer Rolle formen, auf das Nori-Blatt legen. Die Rolle etwa 6 mm dick austreichen, an der oberen Kante 2,5 cm frei lassen. Wasabi längs in der Mitte darauf geben. Gurkenstreifen, Spinat und Lachsstreifchen darauf legen. Die Füllung mit den Fingerspitzen festhalten und gleichzeitig mit den Daumen die Kanten der Matte langsam über die Füllung rollen. Weiterrollen, dabei sanft auf die Rolle drücken und die Endkante der Matte anheben, damit sie nicht mit eingerollt wird. So weiterfahren, bis das Sushi aufgerollt ist. Rolle sanft pressen. 1 bis 2 Minuten ruhen lassen.

6. Die Rollen mit einem in Reissig-Wasser getauchten scharfen Messer in ca. 3 cm breite Scheiben schneiden, dabei das Messer flach halten und mit grossen Bewegungen schneiden. Auf einer Platte anrichten.

RISO Schwanengasse 5+7 Postfach 3001 Bern

T: 031 328 72 72 info@riso.ch