

# Maki-Sushi mit Gemüse und Lachs



## Zutaten für ca. 15-21 Stück:

400 g Sushi Reis  
650 ml Wasser  
Salz  
120 ml Reissessig  
eine reichliche Prise Zucker  
1 Zucchini  
1 größere Karotte  
1 Rettich  
Lachscarpaccio aus tiefgefrorenem Lachs  
2 Noriblätter  
100 ml hellere Soja Sauce  
2 TL Sake (japanischer Reiswein)  
1 TL Wasabi-Paste  
1/2 TL geriebener Ingwer

1. Reis im Sieb gründlich waschen und etwa 30 Minuten im Sieb abtropfen lassen.  
2. Wasser in Topf geben, salzen. Reis dazugeben und aufkochen. Etwa 1 Minute sprudelnd kochen lassen, dann auf kleinster Hitze 15 Minuten bei geschlossenem Deckel garen. Garprobe machen.  
3. Reissessig mit Zucker vermischen und über den gegarten Reis gießen, vorsichtig unterheben. Reis abkühlen lassen.  
4. Zucchini waschen, Enden abschneiden, Karotte und Rettich schälen. Alles Gemüse in bleistiftähnliche, lange Stifte schneiden.

5. Tiefgefrorenen Lachs mit der Aufschnittmaschine zu Carpaccio und dann in 1 cm dicke Streifen schneiden.  
6. Noriblatt mit der glänzenden Seite nach unten auf eine Bambusmatte geben. Eine Schicht abgekühlten Sushi Reis darauf verteilen, ca. 3 cm auf der vom Körper abgewandten Seite frei lassen. Reis mit Gemüsestreifen und Lachsstreifen belegen.  
7. Nori mit Hilfe der Bambusmatte vorsichtig vom Körper weg aufrollen, eventuell Gemüsestreifen und Fischstreifen dabei festhalten.  
8. Mit einem scharfen Messer Sushirollen in

Scheiben schneiden und aufrecht auf kleinen weißen Tellern anrichten.

9. Sojasauce mit Reiswein, gehacktem Ingwer und Wasabi-Paste verrühren und als Dip zum Sushi anrichten.

## Hinweise:

Manche Menschen mögen weder Seetang noch Meerrettich. Das darf man Ihnen wohl nicht übel nehmen.

## Schlagworte:

schwer, Zubereitung ca. 60 min, Gesamtzeit ca. 100 min, Vorspeisen, Fisch, japanisch

Rezept und Foto: Walter Stand 06.01.2023