



Nori Maki - gefüllte Reis-Rouladen

Zutaten: Rund- bis Mittelkornreis
etwas Sushi-Essig
Nori-Blätter (in Kulturen
gezüchtete Meeresalgen in
getrockneter, gepresster Form)
Wasabi (jap. Meerrettich) u.
Sojasauce

Zum Füllen:

Gurkenstreifen (längs geschnitten)
gestockte Eistreifen
Thunfisch oder
in Sojasauce gekochte Shiitake-
Pilze
in Salzwasser gekochte Spinat-
blätter, Krebsfleisch,
Seelachsstreifen

Der gekochte Reis wird mit
etwas Sushi-Essig vermischt.

Ein Noriblatt, das auf einer Bambusmatte liegt, wird ca 1cm
dick mit Reis bestrichen, auf einer Nori-Längsseite nicht bis
zum äußersten Rand hin belegen.

Dann belegt man den Reis in der Mitte mit Gurkenstreifen,
Eistreifen und etwas Fisch, macht eine Rolle; mit Hilfe der
Bambusmatte drückt man die Nori-Rolle und die Füllung
fest an. Mit einem feuchten Messer schneidet man 6 gleich
dicke Stücke.

Füllt man die Nori Maki auf verschiedene Arten, so sieht
das Gericht farbenfroh aus.

Man serviert Nori Maki mit Sojasauce und Wasabi