

Sushi vegan



Zutaten

Für 4 Personen

400 g Sushireis
3 EL Reissig (oder Apfelessig)
1 EL Zucker
1 TL Salz
4 – 5 Blätter Norialgen

für die Füllung:

Gurke, Avocado, Karotten, Paprika,
Tofu

Zum Würzen:

Wasabi oder Meerrettich
Sojasauce

Bambusmatte zum Rollen

Zubereitung

Den Reis gut waschen und mit der 1,5-fachen Menge Wasser zum Kochen bringen. Je nach Reissorte 10 bis 12 Minuten kochen und Ausquellen lassen. Den Essig mit Zucker und Salz vermengen. Nun den Reis in eine Schüssel geben, die Essig-Zucker-Salzmischung unterheben und auf Zimmertemperatur abkühlen lassen.

Sushi füllen:

Ein Blatt Norialge mit der glatten Seite nach unten auf die Bambusmatte legen, die Finger mit etwas Essigwasser anfeuchten und etwas Reis auf dem Blatt verteilen - dabei die Ränder frei lassen. Alle Zutaten für die Füllung klein schneiden und auf den Reis legen. Nun mit der Matte die Norialge samt Füllung unter leichtem Druck rollen, den Rand zum Ende hin leicht anfeuchten und alles vorsichtig festdrücken. Am Ende die Sushirolle mit der Naht nach unten legen und mit einem scharfen Messer in Portionen schneiden.