

# Sushi, Teil 1

## Sushi, Teil I

Unter Sushi verstand man früher japanische Snacks, hergestellt aus Reis, Reissessig, Zucker, Salz und rohem Fisch. Heutzutage bieten sich viele Zutaten an. Meist geht es bei uns um den sogenannten „maki“ oder „hoso-maki“, übersetzt „Rollen“. Hier wird ein Algenblatt („nori“) mit dem Reis bestrichen, eine Füllung darauf gelegt und eingerollt.

Man benötigt heute: Reis, Reissessig, Nori (getrocknete Algenblätter), Wasabi (scharfe Paste auf japanischem Meeretisch), Sojasauce, Salz, Zucker. Dazu noch eine Bambusmatte. Dies erhalten Sie alles im Asia-Shop King-Kao.

Anstatt Reissessig kann man auch normalen Essig hinzugeben (allerdings keinen aromatisierten Essig). Der übliche deutsche Essig hat aber normalerweise eine Säure von 5% bis 10%, Reissessig nur 4%.

Wenn Sie den Reis kochen achten Sie darauf, dass die Menge des Wassers, die sie benötigen, vom Trocknungsgrad des Reises abhängt. Der Reis sollte nicht zu matschig werden, sondern noch fest und körnig sein. Im Asia-Shop King-Kao erhalten Sie hierfür speziellen Sushi-Reis.

Nach dem Kochen füllen Sie den Reis in einen Bottich. Ideal wäre in diesem Fall ein Holz-bottich, da Holz noch etwas Flüssigkeit aufnehmen kann wie Stefan Maurer, Geschäftsführer des King-Kao Asia-Shop, erklärt. Ein Plastikbottich geht aber auch. Lassen Sie den Reis anschließend abkühlen, bis er noch lauwarm ist.

Nun fügen Sie dem Reis eine Mischung aus Reissessig, Zucker und Salz zu. Als Maxime gilt: für eine Tasse ungekochten Reis 6 EL Reissessig, 5 EL Zucker und 3-4 TL Salz. Das Salz und der Zucker lösen sich erst auf, wenn alles in den warmen Reis gegeben wird. Wie aus dem Asia-Shop King-Kao zu hören ist, kann man alternativ auch den Essig erwärmen, damit sich die Zutaten bereits vorher darin auflösen. Die genauen Mengen der Zutaten können variiert werden, hängen auch vom persönlichem Geschmack ab.

Diese Mischung aus Salz, Zucker und Essig kann man auch auf Vorrat zubereiten wie Stefan Maurer vom Asia-Shop King-Kao erklärt. Die Mischung hält sich im Kühlschrank etwa ein halbes Jahr.

Die Füllung wird in der nächsten Woche beschrieben oder schreiben Sie an den Asia-Shop King-Kao, Adresse unter [www.king-kao.de](http://www.king-kao.de).

---

**Diese Seite kommt von**

<http://www.firmenpresse.de>

**Die URL für diese Seite ist:**

<http://www.firmenpresse.de/pressinfo25195.html>