



Das **Maki Sushi** gehört zu einen der beiden Hauptformen des Sushis. *Makis Sushi sind letztendlich die Sushirollen, die den meisten Leuten geläufig sind.*

Zutaten und Rezept für Maki Sushi

- Qualitative Noriblätter
- Sushi-Reis
- Wasabipaste
- Zucker & Salz
- Reissessig

- Sojasoße
- Sake
- Lauch oder Frühlingszwiebeln
- Karotten
- Salatgurken

- Avocados
- Paprika
- Fisch

Zubereitung von Maki Sushi:

1. Zuerst den Sushi-Reis kochen. Währenddessen wird das Gemüse vorbereitet und in Streifen geschnitten. Gemüse je nach Bedarf dünsten oder anbraten. Nun sollte der Fisch vorbereitet werden.
2. Die Noriblätter werden in zwei Hälften geteilt. Man kann nach Bedarf als Einsteiger auch etwas mehr als die Hälfte nehmen, damit man weniger Probleme beim Rollen und kleben hat. Möglicherweise empfiehlt es sich, mit einem ganzen Noriblatt zu üben. Daraus entsteht natürlich erst mal eine dicke Sushi-Rolle.
3. Das Nori-Blatt wird mit der glatten Oberfläche auf die Bambusmatte gelegt
4. Der Sushi-Reis wird in einem 2 cm starken und halben Zentimeter hohen Reishaufen der Länge nach auf eine Seite des Noriblattes gelegt, sodass oben ein Streifen Platz zum verkleben ist.
5. Nun kann man etwas Wasabi auf dem Reis verteilen. Hier empfiehlt es sich mit kleinen Mengen zu arbeiten, da Wasabi recht scharf ist.
6. Auf die lange Reisfläche kann man nun mit Fisch und Gemüse bestücken.
7. Das leere Ende des Blattes muss mit Essig oder Wasser bestrichen werden.
8. Mit der Bambusmatte wird der Inhalt zusammengerollt und verklebt. Die Bambusmatte ist elastisch und man kann damit die Sushirolle ordentlich zusammenpressen damit sie klebt.
9. Zum Schluss wird die lange Rolle in kleine Teile geschnitten. Zum Schneiden ein scharfes Messer benutzen und nicht drücken, sonst wird die Rolle zerquetscht. Das Messer kann auch vor dem Schneiden in Essigwasser getaucht werden.