



Salatrollen mit
Huhn (S. 146)

Maki

*Mit Blattsalat servieren oder einfach als
geniales Fingerfood reichen!*

— SOHYI KIM

Für 8 Portionen
als Vorspeise oder Fingerfood

Maki

8 Noriblätter (aus dem Asia-Shop)
1 kg gekochter warmer schwarzer und weißer Sushireis (Verhältnis 1:3)
200 ml Sushi-Essig (aus dem Asia-Shop)
Makimatte (Bambusmatte)

Rührei:

6 Eier
Salz
Zucker

Maki-Füllung:

200 g Rindfleisch, in dünne Streifen geschnitten
Bulgogisauce (aus dem Asia-Shop oder siehe S. 107)
etwas Sonnenblumenöl
2 Frühlingszwiebeln
2 Karotten/Möhren
200 g gelber Rettich (aus dem Asia-Shop)
dunkles Sesamöl

Aus Eiern, Salz und Zucker dünne Rührei-Fladen herstellen, diese in Streifen schneiden und beiseitestellen.

Für die Maki-Füllung das Fleisch für 10 Minuten in die Bulgogisauce legen. Anschließend in Sonnenblumenöl kurz scharf anbraten und beiseitestellen.

Die Frühlingszwiebeln waschen, der Länge nach in dünne Streifen schneiden, beiseitestellen. Die Karotte waschen, schälen, der Länge nach in dünne Streifen schneiden und in dunklem Sesamöl und mit etwas Salz 1 Minute braten, beiseitestellen. Den Rettich ebenfalls in dünne Streifen schneiden.

Nun den warmen Reis mit Sushi-Essig vermengen und rasch abkühlen. Am besten geht das mit einem Ventilator.

Ein Noriblatt auf eine Makimatte legen. Marinierten Reis so darauf verteilen, dass an der Oberseite des Noriblattes ein 2 cm breiter Rand frei bleibt.

In der Mitte des Reises etwas Rindfleisch, Karotte, Frühlingszwiebel, Rettich und Rührei auflegen. Das Noriblatt mithilfe der Matte mit etwas Druck einrollen, die Rolle in Scheiben schneiden.

Die übrigen Rollen auf die gleiche Art zubereiten.