

Sushi - Gunkan-Maki

VORBEREITEN

20
Min.

ZUBEREITEN

15
Min.

NIVEAU



Seelachs, Kabeljau und Fliegenfischen auf den Gunkans. Aber auch Krabben-, Muschel-, oder Seeigelfleisch sind sehr beliebt.

Du kannst deiner Fantasie natürlich freien Lauf lassen und die Schiffchen mit der Fracht deiner Wahl beladen. In diesem Rezept findest du ein paar Ideen für deinen nächsten Sushi Abend zu Hause.

- 1 -

Nori-Blätter in 4 cm lange Streifen schneiden.

- 2 -

Thunfisch und Schnittlauch fein hacken und vermischen. Lachs, Jakobsmuschel und Makrele fein hacken.

- 3 -

Reisessig mit etwas kaltem Wasser in einer Schale mischen. Hände mit Essigwasser einreiben.

- 4 -

Ca. 15 g schwere ovale Reisbälle formen und auf ein Brett setzen. Nori-Streifen wie eine Manschette um jedes Bällchen legen, sodass sich die Enden überlappen. Als Klebstoff je ein einzelnes Reiskorn zwischen Rolle und loses Ende geben und andrücken. Überstehende Nori-Streifen mit einer Schere abschneiden.

- 5 -

Gunkan mit Hilfe eines Teelöffels mit gehacktem Lachs, Makrele, Jakobsmuschel, Tobigo und Thunfisch-Schnittlauch-Mischung füllen.

- 6 -

Gukan mit Soja Sauce, eingelegtem Ingwer und Wasabi

Zutaten für 6 Gunkan-Maki

90 g gekochter Sushi Reis
2 Nori-Blätter
1 Teelöffel Wasabi-Tobigo (Fischrogen)
2 Teelöffel Lachs-Rogen
30 g roher Lachs
30 g roher Thunfisch
30 g marinierte Makrele
1/2 Jakobsmuschel
1/4 Bund Schnittlauch
Soja Sauce, eingelegter Ingwer, Wasabi

Besonderes Zubehör

Reisessig

Es kommt ein Schiff beladen ... denn Gankan heißt übersetzt "Schiffchen" bzw. "Schlachtschiff". Das macht nicht nur optisch Sinn. Denn die handlichen Reisteilchen sind meist mit ausgewählten Zutaten beladen. Traditionell findest du vor allem Fischrogen von Lachs, Hering,

Sushi - Gunkan-Maki

servieren.