

Sushi Reis

VORBEREITEN

30
Min.

RUHEN

30
Min.

ZUBEREITEN

35
Min.

NIVEAU



Zutaten für 2 Portionen

300 g Sushi Reis
330 ml Wasser
1/4 Blatt Kombu (japanische Alge)
5 Esslöffel japanischer Reissig (Su)
3 Esslöffel Zucker
2 Teelöffel Salz

Sushi Reis zu kochen ist die Königsdisziplin eines jeden Sushi Chefs. Lehrlinge müssen über 3 Jahre ausschließlich Reis waschen und die perfekte Zubereitung dieses simpel scheinenden Lebensmittels lernen. Da du wahrscheinlich nicht so viel Zeit hast, bis du deine nächste Sushi Party starten möchtest, kommt hier ein erprobtes Rezept, um perfekten **Reis für deine Maki und Nigiri** herstellen zu können.

Der gekochte Reis wird mit einer Essigmischung (Sushi-zu) aus **Reissig, Zucker und Salz** gesäuert. Dadurch bekommt er seinen charakteristischen Geschmack und äußeren Glanz.

- 1 -

Essig, Zucker und Salz in einem kleinen Topf erhitzen (nicht kochen lassen) und umrühren, bis sich Salz und Zucker aufgelöst haben. Mischung auf Zimmertemperatur abkühlen lassen.

- 2 -

Reis in eine große Schüssel geben und in die Spüle unter den Wasserhahn stellen. Schüssel bis zum Rand mit kaltem Wasser füllen. Das Wasser dabei über die Hand in die Schüssel laufen lassen, um die Reiskörner nicht zu beschädigen. Mit der offenen Hand Reis behutsam waschen. Die Reiskörner dürfen beim Waschgang nicht brechen.

- 3 -

Wenn das Wasser milchig und der Reis nicht mehr zu sehen ist, vorsichtig das Wasser ausgießen. Erneut mit frischem, kaltem Wasser füllen. Vorgang 3 Mal wiederholen, bis das Wasser nicht mehr undurchsichtig milchig wird.

- 4 -

Reis über einem Sieb abgießen und in einen großen Topf umfüllen. Deckel auflegen und Körner 30 Minuten ohne Wasser quellen lassen.

- 5 -

Wasser in den Topf geben. Kombu mit einer Schere 4 Mal bis zur Hälfte einschneiden und auf den Reis legen. Deckel schließen.

- 6 -

Reis bei starker Hitze einmal aufkochen und 10 Minuten auf mittelstarker Hitze weiterkochen.

Sushi Reis

- 7 -

Hitze aufs Minimum reduzieren und Reis weitere 10 Minuten garen.

- 8 -

Topf vom Herd ziehen und Reis nochmals 10 Minuten quellen lassen.

- 9 -

Deckel öffnen und Reis in eine Holz- oder Plastischüssel umfüllen. Kombu entfernen. Essigmischung gleichmäßig über den Reis geben und mit einem Holzlöffel behutsam unterheben.

- 10 -

Reis auf Zimmertemperatur abkühlen lassen.
Damit er nicht austrocknet, ein Küchenhandtuch nass machen, gut auswringen und über die Reisschüssel legen.