

SUSHI GEBACKEN IM TEMPURATEIG MIT BIO SAUERRAHM TERIYAKI SAUCE UND SAIBLINGSFILET

ZUTATEN FÜR 4 ROLLEN

BIO SAUERRAHM:	50G
ZITRONE	1 STK
TERIYAKISAUCE	100ML
SAIBLINGSFILET	1STK CA 100G
SUSHI REIS:	125G
REISESSIG:	25ML
SALZ:	1/2 TEELÖFFEL
ZUCKER:	12G
WASSER:	175ML

- DER SUSHI-ESSIG WIRD MIT ZUCKER UND SALZ IN EINEM KLEINEN TOPF ERWÄRMT. DABEI BITTE ÖFTER UMRÜHREN, BIS SICH ZUCKER UND SALZ AUFGELÖST HABEN. ANSCHLIEßEND KÜHL STELLEN.
- DEN SUSHIREIS ZUNÄCHST MIT FRISCHEM, KALTEM WASSER BEDECKEN UND DURCHKNETEN. ANSCHLIEßEND DURCH EIN SIEB ABGIEßEN. JETZT WASSER SO OFT DAZU GIEßEN UND ERNEUT ABSEIHEN, BIS ES VOLLSTÄNDIG KLAR IST. IM KLAREN WASSER SOLL DER REIS JETZT FÜR ETWA 30 MINUTEN RUHEN



- NACH DER RUHEZEIT WIRD DER RUNDKORNREIS IN 350 ML WASSER AUFGEKOCHT. DANACH SOLL ER FÜR ETWA 15 MINUTEN BEI SCHWACHER HITZE KÖCHELN. ANSCHLIEßEND EIN LEINENTUCH ZWISCHEN TOPF UND DECKEL KLEMMEN, ALLES ERNEUT FÜR ETWA 20 MINUTEN RUHEN LASSEN.
- DER SUSHI REIS WIRD NUN IN EINE GROßE UND FLACHE SCHÜSSEL GEFÜLLT. MIT HILFE EINES SPATELS AUFLOCKERN UND SUSHI-ZUTATEN EINARBEITEN. DABEI ALLES MIT EINEM FÄCHER KÜHLEN. BEIM AUFLOCKERN SOLL DER SPATEL SCHRÄG GEHALTEN WERDEN. FURCHEN IN DEN REIS ZIEHEN — SO KANN ER SCHNELLER ABKÜHLEN. DABEI BITTE NICHT RÜHREN, DIE REISKÖRNER KÖNNEN SONST GEQUETSCHT WERDEN. STATT EINES FÄCHERS KANN EIN FÖHN MIT KALTLUFT EINGESETZT WERDEN.
- DEN FERTIGEN SUSHI REIS MIT EINEM FEUCHTEN TUCH BEDECKEN UND ERNEUT ETWA 30 MINUTEN RUHEN LASSEN. BITTE NICHT IN DEN KÜHLSCHRANK STELLEN — DER SUSHI REIS WÜRD DORT HART WERDEN.
- DEN FERTIG GEROLLTEN SUSHI REIS IN MEHL WENDEN, DURCH DEN BACKTEIG ZIEHEN UND BEI 180 GRAD HERAUSBACKEN BIS ER GOLD-GELB IST.
- ZUM ANRICHTEN IN SCHEIBEN SCHNEIDEN UND MIT ETWAS BIO-SAUERRAHM UND KAVIAR GARNIEREN.

