



Lust auf ein SCHWEIZER SUSHI Rezept?

SCHWEIZER SUSHI

Die einzigartige Kombination von Schweizer Zutaten und japanischen Tradition ist ein Augen- und Gaumenschmaus.



ZUTATEN

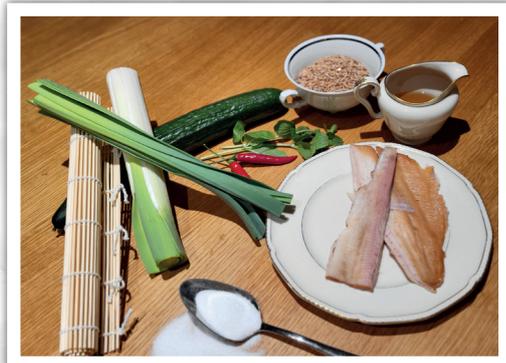
	Sushi Matte / kleines Küchentuch	1	Lauch
100g	Kernotto oder Schweizer Risotto-Reis	1l	Bouillon
250ml	Wasser	10	Pfefferminzblätter
½ TL	Salz	½	Peperoncini
1 EL	Apeflessig	1 EL	Rapsöl
1 EL	Zucker	100g	geräucherte Forelle
		¼	Salatgurke

ZUBEREITUNG

1. **Kernotto** in einem Sieb unter fliessendem Wasser waschen. Im Wasser mit Salz aufkochen und ziehen lassen. Apeflessig mit Zucker verrühren. Langsam unter das fertige Kernotto ziehen. Auskühlen lassen.
2. **Lauch** halbieren, waschen und in 10cm Stücke schneiden. In der Bouillon knapp weichkochen, abgiessen und flach auslegen.
3. **Peperoncini** und **Pfefferminzblätter** fein schneiden und mit dem Öl verrühren oder mörsern.
4. **Gurke** in lange Streifen schneiden ca. 5x5mm. **Forellen** in Streifen schneiden (10x10mm).

Sushi-Rollen:

5. Den Lauch in 2 Portionen, leicht überlappend, auf einer Sushi Matte (oder einem feuchten Küchentuch) auslegen (ca. 20x20cm).
6. Das Kernotto mit feuchten Händen ca. 5mm dick auf dem Lauch verteilen. Den Rand etwas frei lassen. Pfefferminz-Peperoncini-Öl darüber verteilen.
7. Je eine Gurken- und eine Forellenstreifen in der Mitte auf dem Kernotto platzieren.
8. Mit Hilfe der Sushi Matte oder dem Küchentuch einrollen. Kaltstellen.
9. Vor dem Geniessen in zirka 3cm breite Sushi schneiden und schön anrichten.



TIPPS:

- Das Rezept kann mit anderen Gemüsen oder Trockenfleisch oder Käse hergestellt werden.
- Spinat oder Mangoldblätter als Hülle verwenden.

gemeinsam.kompetent.engagiert.
**Wir, die
Frauen
vom Land.**
landfrauen.ch



RAHEL BRÜTTSCH