KIKKOMAN

Thunfisch- und Lachs-Rolls mit Kimchi

Gesamtzeit **30 Min.** **30 Min.** Vorbereitungszeit

Nährwertangaben (pro Portion):
386 kJ / 92 kcal

Fett: **5,4 g** Eiweiß: **3,3 g**
Kohlenhydrate: **7,2 g**

ZUTATEN

16 Portion(en)

2	Nori-Blätter
400 g	gekochter Sushi-Reis
Für die würzigen Thunfisch-Rolls	
50 g	Thunfisch
1 EL	Kikkoman scharfe Chilisauce für Kimchi
0,25 TL	Kikkoman geröstetes Sesamöl
0,13 Stück	Salatgurke (2-3 Gurkensticks)
2	Blätter Kopfsalat
0,17 Stück	Avocado (3 längliche Scheiben)
Für die würzigen Lachs-Rolls	
100 g	Lachs
1 EL	Kikkoman scharfe Chilisauce für Kimchi
0,25 TL	Kikkoman geröstetes Sesamöl
0,13 Stück	Salatgurke (2-3 Gurkensticks)
2	Blätter Kopfsalat
0,13 Stück	gelber Paprika (4 Paprikasticks)
0,25 Stück	Avocado (7-8 dünne Scheiben)
Für die Kimchi Mayonnaise (1:1 mischen)	
2 EL	Kikkoman scharfe Chilisauce für Kimchi
2 EL	Mayonnaise
Für das Topping	
	Sesamsamen

ZUBEREITUNG

Schritt 1

Den Thunfisch hacken und in einer Schüssel mit der Kimchi-Sauce und dem Sesamöl vermischen.

Schritt 2

50 g Lachs in feine Streifen schneiden und in einer Schüssel mit der Kimchi-Sauce und dem Sesamöl vermischen. Die restlichen 50 g Lachs in dünne Scheiben schneiden.

Schritt 3

Das Gemüse waschen, trocken tupfen und die Gurke und den gelben Paprika in Stifte/Sticks schneiden. Die Avocado in dünne Scheiben schneiden.

Schritt 4

Für die Kimchi-Mayonnaise die Zutaten miteinander verrühren.

Schritt 5

1 Nori-Blatt auf die Arbeitsfläche legen.

Schritt 6

Die Hälfte des gekochten Sushi-Reis mit feuchten Fingern darauf verteilen.

Schritt 7

Tobiko (Kaviar vom fliegenden Fisch)
Paprikapulver
Schnittlauch oder Kresse
Feine Zwiebelstreifen

1. Vollständig umdrehen.

Schritt 8

¼ der Kimchi-Mayonnaise als eine Linie in die Mitte des ausgebreiteten Reis geben, dann den Salat, die Gurke und die Avocado in einer Linie darauf legen, zum Schluss den marinierten Thunfisch auflegen.

Schritt 9

Mit den Händen aufrollen, dann die Frischhaltefolie darüber legen und mit einer Sushi-Matte fest zu einer Rolle formen.

Schritt 10

Die Sushi-Matte und die Frischhaltefolie entfernen.

Schritt 11

Jede Rolle vorsichtig in 8 gleich große Stücke schneiden.

Schritt 12

Jedes Stück auf zwei Seiten mit Sesamsamen bestreuen.

Schritt 13

1 Nori-Blatt auf die Arbeitsfläche legen.

Schritt 14

Die Hälfte des gekochten Sushi-Reis mit feuchten Fingern darauf verteilen.

Schritt 15

Vollständig umdrehen.

Schritt 16

¼ der Kimchi-Mayonnaise als eine Linie in die Mitte des ausgebreiteten Reis geben, dann den Salat, die

Gurke und den gelben Paprika in einer Linie darauf legen und zum Schluss den marinierten Lachs auflegen.

Schritt 17

Mit den Händen aufrollen, abwechselnd den dünn geschnittenen Lachs und die Avocadoscheiben auf die Rolle legen, dann die Frischhaltefolie darüber legen und mit einer Sushi-Matte fest zu einer Rolle formen.

Schritt 18

Die Sushi-Matte und die Frischhaltefolie entfernen.

Schritt 19

Jede Rolle vorsichtig in 8 gleich große Stücke schneiden.

Schritt 20

Nach Belieben mit einem Topping (z.B. Kresse, Tobiko) und der restlichen Kimchi-Mayonnaise servieren.