

Ingrediënten voor 6 personen

5 avocado's, rijpe, 90 ml. azijn, 5 komkommers, 6 norivellen, 1 potje wasabi 350 ml. water, 50 gram zalmfilet. 1 theelepel zout. 250 gram sushi-rijst, 50 gram tonijnfilet, Sojasaus, lichte.

Tijd: 20-30 min.
Keuken: Japans
Smaak: Pittig
Gang: Voorgerecht
Eigen_keuken: Nee
Vegetarisch: Nee

Maki sushi met tonijn, avocado en zalm

Hulpmiddelen

Benodigde materialen: een sushimatje, een zeef.

Bereidingswijze

Neem bij voorkeur sushi-azijn ook wel sushi-zu genoemd. U kunt het beste tonijnfilet van de buik gebruiken. Spoel de rijst in een zeef af onder de koude kraan totdat het water helder is. Laat de rijst 1 uur uitlekken. Doe de rijst vervolgens in een pan met het water en het zout en plaats een deksel erop. Breng het geheel aan de kook en laat de rijst 5 minuten op middelhoog vuur koken. Laat de rijst nog 15 minuten met de deksel op de pan op een klein vuur koken. Neem de pan van het vuur af en laat hem nog 10 minuten met de deksel erop staan. Laat de rijst vervolgens afkoelen en roer er de sushi-azijn door. Snijd intussen de komkommer, tonijn, zalm en avocado in lange stukjes van ongeveer een halve centimeter dik. Los de wasabi met water op tot een redelijk stijve maar gladde massa. Leg een velletje nori op een sushi-mat en verdeel hier 4 of 5 lepels van de rijst overheen. Laat 2 centimeter van het bovenste stuk nori rijstvrij. Maak een lijn midden in de rijst en besmeer lichtjes met de wasabi-pasta. Leg een stukje van de tonijn en komkommer op de wasabi-pasta. Rol met behulp van de mat, de sushi stevig op en maak het bovenste rijstvrije nori-stukje nat met water. Maak op dezelfde wijze de andere sushi-rollen, afwisselend gevuld met tonijn en komkommer en zalm en avocado. Snijd met behulp van een scherp mes de sushi-rollen in stukjes van ongeveer 1,5 centimeter. Serveer bij de sushi de lichte sojasaus, waarin de sushi gedipt kunnen worden.