

## California-Roll

Zubereitungszeit **30 Minuten**  
Kalorien pro Portion **172**



### Zutaten für 4 Personen

#### None:

340 g Sushi-Reis  
4 Stück Surimi  
100 g Avocados  
80 g Gurken  
4 Nori Blätter  
0 Wasabi  
0 Mayonnaise  
60 g Fischrogen  
0 eingelegter Ingwer

#### Zum Dippen:

0 Kikkoman Sushi & Sashimi Sojasauce

### Zubereitung:

1. Rollmatte in Frischhaltefolie einwickeln, damit der Sushi-Reis später nicht an der Matte kleben bleibt. Nori-Blatt in der Mitte durchschneiden und das halbe Nori-Blatt auf die obere Hälfte der Rollmatte mit der glatten Fläche legen.
2. Den Sushi-Reis (circa 85 g je Sushi) gleichmäßig auf dem Nori-Blatt verteilen und mit dem geröstetem Sesam (schwarz und weiß) oder den Fischrogen bestreuen. Mit der unteren Hälfte der Rollmatte den Reis überdecken, die Rollmatte also falten.
3. Die gefaltete Rollmatte komplett umdrehen und wieder öffnen, sodass sich die Nori-Blatt-Seite oben und die Sushi-Reis mit dem Sesam, bzw. den Fischrogen unten befindet.
4. In der Mitte des Nori-Blattes Wasabi und Mayonnaise verstreichen. Die Füllungen (Salat, Surimi, Avocado, Gurken jeweils 25 g in Streifen geschnitten) darauf legen und mit der Rollmatte wie eine normale Sushi-Rolle einrollen.

5. Die Rollmatte abnehmen und die Rolle in 6 Stücke schneiden.

**Guten Appetit!**