KIKKOMAN

Veganes Inari-Sushi

Gesamtzeit **70 Min.** **30 Min.** Vorbereitungszeit **35 Min.** Kochzeit **5 Min.** Marinierdauer

Nährwertangaben (pro Portion):
2.119 kJ / 506 kcal

Fett: **6,8 g** Eiweiß: **19 g**
Kohlenhydrate: **88 g**

ZUTATEN

2 Portion(en)

150 g	Reis
210 g	Wasser
3 EL	Kikkoman Würzmittel für Sushi-Reis (125ml)
15 g	grüne Bohnen
20 g	gelbe Paprika
20 g	rote Paprika
8	Aburaage (in dünne Scheiben geschnittener, frittierter Tofu)
4 EL	Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce

Würzen:

2 EL	Kikkoman süße Würzsauce zum Kochen nach Mirin-Art
2 EL	Sake (oder Weißwein)
2 EL	Zucker
20 g	Takuan (eingelegter Rettich)
20 g	Salatgurke
0,5 TL	Salz
1 TL	schwarzer Sesam
1 TL	Wasabi-Paste

ZUBEREITUNG

Schritt 1

150 g Reis - **210 ml** Wasser - **3 EL** Kikkoman Würzmittel für Sushi-Reis (125ml) - **15 g** grüne Bohnen - **20 g** gelbe Paprika - **20 g** rote Paprika
Den Reis 3- bis 4-mal waschen und in einem Sieb abtropfen lassen. Nun mit dem Wasser in einen Topf geben und 20 Minuten einweichen. Danach den Reis kochen und – solange er noch heiß ist – mit Kikkoman Würzmittel für Sushi-Reis mischen.

Die grünen Bohnen 2 Minuten kochen. Die gelbe und rote Paprika in kleine Würfel schneiden und 1 Minute kochen.

Schritt 2

Seasoning:

8 Aburaage (in dünne Scheiben geschnittener, frittierter Tofu) - **2 EL** Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce - **2 EL** Kikkoman süße Würzsauce zum Kochen nach Mirin-Art - **2 EL** Sake (oder Weißwein) - **2 EL** Zucker - **2 EL** Wasser
Die Aburaage in 3 bis 4 cm große Stücke schneiden und 2 Minuten in kochendes Wasser geben. Danach herausnehmen und nach dem Abkühlen gut abtropfen lassen. Kikkoman Sojasauce, Kikkoman süße Würzsauce Mirin-Art, Sake (oder Weißwein), Zucker und Wasser in eine Pfanne geben und die Aburaage darin 10 Minuten lang auf kleiner Flamme köcheln lassen. Dabei die Pfanne mit einem Blatt Backpapier abdecken. So können die Aromen besser in die Tofuscheiben eindringen und diese fallen nicht auseinander.

Schritt 3

20 g Takuan (eingelegter Rettich) - **20 g** Salatgurke

- **0,5 TL** Salz

Den Takuan sowie die gekochten grünen Bohnen aus Schritt 1 fein hacken. Die Gurke fein würfeln und mit Salz bestreuen. Nach 5 Minuten abspülen und trocken tupfen.

Schritt 4

1 TL schwarzer Sesam - **2 EL** Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce - **1 TL** Wasabi-Paste

Die Hälfte des Sushi-Reises mit Takuan, grünen Bohnen und schwarzem Sesam in einer Schüssel mischen. In einer weiteren Schüssel den restlichen Sushi-Reis mit Paprika und Gurke mischen.

Jede Portion Sushi-Reis mit 4 Stücken Aburaage umwickeln. Mit Kikkoman Sojasauce und Wasabi-Paste zum Dippen servieren.