KIKKOMAN

Veganes Kabayaki-Sushi

Gesamtzeit **50 Min.** **20 Min.** Vorbereitungszeit **30 Min.** Kochzeit

Nährwertangaben (pro Portion):
1.824 kJ / 435 kcal

Fett: **5,9 g** Eiweiß: **10,4 g**
Kohlenhydrate: **79,5 g**

ZUTATEN

2 Portion(en)

150 g	Sushi-Reis
210 ml	Wasser
3 EL	Kikkoman Würzmittel für Sushi-Reis (125ml)
2	Auberginen
1 EL	Sonnenblumenöl
2 EL	Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce
2 EL	Kikkoman süße Würzsauce zum Kochen nach Mirin-Art
2 EL	Zucker
2 EL	Sake (oder süßer Weißwein)
1 EL	Wasser (für die Sauce)
10 g	fein gehackte Frühlingszwiebeln
	Etwas Shichimi-Chili-Pulver oder Chilipulver

ZUBEREITUNG

Schritt 1

150 g Sushi-Reis - **210 ml** Wasser - **3 EL** Kikkoman Würzmittel für Sushi-Reis (125ml) - **2** Auberginen
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. Den Stielansatz der Auberginen entfernen. Auberginen schälen, in Frischhaltefolie wickeln und in der Mikrowelle bei 800 Watt 2 Minuten garen.

Schritt 2

1 EL Sonnenblumenöl
Die Auberginen der Länge nach in zwei Hälften schneiden und auf der Innenseite mit einer Gabel Linien einritzen. In einer Pfanne mit Sonnenblumenöl von beiden Seiten anbraten, bis sie gebräunt sind.

Schritt 3

2 EL Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce - **2 EL** Kikkoman süße Würzsauce zum Kochen nach Mirin-Art - **2 EL** Zucker - **2 EL** Sake (oder süßer Weißwein) - **1 EL** Wasser
Kikkoman Sojasauce, Kikkoman süße Würzsauce Mirin-Art, Zucker, Sake (oder süßen Weißwein) und Wasser in einen Topf geben und die Auberginen etwa 5 Minuten darin köcheln. Herausnehmen, abkühlen lassen und überschüssiges Wasser mit Küchenpapier entfernen.

Schritt 4

10 g fein gehackte Frühlingszwiebeln - Etwas

Shichimi-Chili-Pulveroder Chilipulver
Die Auberginenhälften diagonal in Stücke schneiden und daraus zusammen mit dem Reis kleine Nigiri formen (Bällchen aus Sushi-Reis), wobei die Größe nach Belieben angepasst werden kann.

Die restliche Sauce in der Pfanne einkochen, bis sie eindickt, und über die Nigiri gießen.

Frühlingszwiebel über die Röllchen streuen und alles mit einer Prise Shichimi-Chili-Pulver oder Chilipulver abrunden.