



# Miso Yaki Onigiri

für 12 Stück | 30 Minuten | 113 kcal

Süße, herzhaft Miso Sauce auf warmen Reisbällchen – Miso Yaki Onigiri sind super schnell und ganz einfach zuzubereiten. Doch vor allem sind sie richtig köstlich! Diese typisch japanischen Reisdreiecke sind perfekt für ein Picknick oder als Snack am Nachmittag. Du benötigst nur wenige Zutaten und nach ein paar Minuten stehen die leckeren Onigiri auf dem Tisch!

## Zubereitung:

1. Zutaten für die Onigiri bereitlegen und den Reis hervorholen und 20 Minuten abkühlen lassen.
2. Frühlingszwiebeln leicht diagonal in feine Ringe schneiden, dann zusammen mit Sesam unter den gekochten Reis mischen.
3. Eine kleine Schüssel mit leicht gesalzenem Wasser befüllen und bereitstellen. Darin jeweils zum Formen der Reisbällchen einen kleinen Onigiriformer (große und kleine Seite) eintauchen und kurz abtropfen lassen. Die große Seite des Onigiriformers mit etwa 50g vom gewürzten Reis befüllen. Jetzt den Deckel des Onigiriformers auf den Reis setzen und beide Seiten mit leichtem Druck ineinander drücken. Den Onigiriformer öffnen und das Reisdreieck aus der Form holen. Insgesamt 12 Onigiri formen!
4. In einer kleinen Schüssel Miso Paste, Mirin und Zucker verrühren.
5. In einer Pfanne die Butter erhitzen. Sobald die Butter geschmolzen ist und leicht schäumt, die geformten Onigiri hineinlegen und von allen Seiten knusprig-kross braten.
6. Dann auf der oben liegenden Seite einen TL der Miso-Marinade glatt streichen, wenden und für 1 Minuten braten. Währenddessen die nun oben liegende Seite bestreichen und danach ebenfalls für 1 Minute braten. Danach sofort aus der Pfanne holen! Achtung: Miso Paste verbrennt schnell, also gut aufpassen und zügig arbeiten!
7. Die Miso Yaki Onigiri am besten sofort genießen. Oder zumindest noch am selben Tag für unterwegs einpacken. Tipp: Nicht in den Kühlschrank legen, dann wird der Reis hart und trocken... Fertig – Itadakimasu!

## Zutaten:

600 g gekochter Reis:

- 300 g loser Reis
- 300 ml Wasser
- 1 Prise Salz
- 1 Frühlingszwiebel
- 1 TL Sesam, geröstet
- 1 EL Butter

Für die Miso Glasur:

- 2 EL Miso Paste
- 1 EL Mirin
- 1 TL Zucker

