



# Tenmusu Onigiri

für 6 Stück | 45 Minuten | 140 kcal

Tenmusu sind knusprige panierte Garnelen, aromatisiert in einer süßen Tsuyu Sauce, umhüllt von Sushi Reis und knusprigem Nori. Mit diesem Rezept zauberst du köstliche Shrimps Reisbällchen, die dich süchtig machen werden! Die Zubereitung ist nicht ganz einfach, aber nichts, was du nicht bewältigen könntest. Die kulinarische Belohnung am Ende wird dir sicher gefallen!

## Zubereitung:

1. Zutaten für die Onigiri bereitlegen und den Reis hervorholen (+ 20 Minuten abkühlen lassen).
2. Außerdem die gefrorenen Garnelen auftauen lassen, dann abspülen und trockentupfen.
3. Einen ausreichend großen Topf mit dem Öl befüllen (ein Topf mit 16 cm Durchmesser wird zu 3 cm Höhe befüllt, das entspricht etwa 500 ml Öl). Das Öl auf 160-180°C erhitzen. Die Temperatur stets mit einem Küchenthermometer kontrollieren.
4. In der Zwischenzeit in einer Schüssel Mehl, Kartoffelstärke, Backpulver und Salz vermischen. Dann mit dem Eiswasser mithilfe eines Schneebesens verrühren.
5. Tipp: Der Teig ist fertig gerührt, sobald dieser Blasen wirft und nur noch wenige Klumpen vorhanden sind – dies sollte nach circa 10 bis 15 Sekunden kräftigem Rühren erreicht sein. Bitte nicht zu lange verrühren!
6. Sobald das Öl die richtige Temperatur erreicht hat, die Garnelen in kleinen Mengen (jeweils etwa 3 bis 4 Garnelen) in den Tempurateig tauchen und direkt im heißen Öl für circa 3 Minuten frittieren.
7. Die Panade sollte kleine Blasen aufweisen und eine goldbraune Oberfläche besitzen. Die fertigen Tempura Garnelen vorsichtig aus dem Öl heben und auf einem Teller mit Küchenpapier abtropfen.
8. Dann eine kleine Schüssel mit der Tsuyu vorbereiten. In diese alle Garnelen einmal kurz eintauchen und wieder zurück auf das Küchenpapier legen.
9. Die Noriblätter mit einer Schere in 12 lange Streifen schneiden.
10. Eine kleine Schüssel mit leicht gesalzenem Wasser befüllen und bereitstellen. Darin zum Formen der Reisbällchen die Hände gut anfeuchten (so, als ob du deine Hände waschen wollen würdest).

## Zutaten:

600 g gekochter Reis:

- 300 g loser Reis
- 300 ml Wasser (frisches, kaltes Leitungswasser)
- 1 Prise Salz

Für die Füllung:

- 12 mittelgroße Garnelen (TK, küchenfertig)
- 50 g Weizenmehl
- 10 g Katakuriko (Kartoffelstärke)
- 3 g Backpulver
- 1 Prise Salz
- 120 ml Wasser mit 5 Eiswürfeln
  
- 2 Tassen Öl zum Frittieren (zum Beispiel Rapsöl)
- 2 EL Tsuyu
- 2 Stück Noriblätter



1malJapan  
1malJapan.de

11. Etwa 50 g des Reis zwischen den nassen Handflächen mit Druck zuerst zu kreisrunden Kugeln formen und dann vorsichtig etwas plattbreite Zylinder formen.
12. Tipp: Du kannst auch Frischhaltefolie als Hilfsmittel benutzen oder spezielle Onigiriformer. Insgesamt 12 Reiskügelchen formen.
13. Anschließend in jedes Reiskügelchen eine kleine Mulde formen, darin jeweils eine gewürzte Tempura Garnele platzieren und alles mit einem Streifen Nori umwickeln.
14. Sobald alle Onigiri fertig sind, sollten sie baldmöglichst verzehrt werden. Onigiri sind frisch am besten, da der Reis nach einiger Zeit schnell trocken und das Noriblatt leicht matschig wird. Fertig – Itadakimasu!

