

Sushi-Reis

für 2 Portionen (600 g) | 60 Minuten | 341 kcal

Selbstgemachter Sushi Reis (oder japanisch Sushi Meshi) ist Grundlage jedes guten Sushi Menüs! Mit diesem einfachen Grundrezept gelingt dir die Zubereitung des gesäuerten Reis im Topf wie in Japan – ohne Anbrennen und Überkochen! Das Highlight ist der selbst gemachte Sushi-Essig, womit dein Klebreis genauso schmeckt wie bei deinem liebsten Sushi Restaurant!



Zutaten (2 Portionen)

300 g Reis (am besten weißer, mittel- bis rundkörniger Reis)
1 Stück Kombu (ca. 10 x 15 cm)
300 ml Wasser (frisches, kaltes Leitungswasser)

Selbstgemachter Sushi-Essig:
4 EL Komesu (Getreide- oder Reisessig)
2 EL Zucker
1/2 TL Salz

Oder:
2 EL Sushi no ko (Essig-Pulver für Sushi-Reis)

Zutaten auf 1mal1japan.de/shop bestellen und direkt nach Hause liefern lassen – ab 39€ sogar versandkostenfrei!

Zubereitung (60 Minuten)

1. Zutaten für Sushi-Reis bereitlegen.
2. Den Reis in einen Topf (oder eine große Schüssel) geben und mit reichlich kaltem Wasser auffüllen.
3. Nun vorsichtig den Reis mit den Händen in kreisenden Bewegungen und mit leichter Reibung zwischen den Körnern waschen. Das Wasser langsam fast vollständig abgießen (mithilfe eines Siebs) und den Reis im Topf kräftig im restlichen Wasser durchwaschen. Jetzt wieder mit frischem kaltem Wasser auffüllen und vorsichtig kreisend waschen.
4. Das Waschen und Abgießen der Reiskörner mindestens drei Mal wiederholen, bis das Wasser klar bleibt (du erkennst den Unterschied im Vorher- und Nachher-Vergleich). Danach den Reis vollständig mit Wasser bedeckt für 30 Minuten ruhen lassen (dieser Schritt darf nicht übersprungen werden!).
5. Nach der Ruhezeit das Wasser komplett (eventuell wieder durch das Sieb) abgießen. Den Reis im Topf mit frischem Wasser im Verhältnis 1:1 (bei 300g Reis ergibt dies 300ml Wasser) aufgießen. Den Kombu (falls vorhanden) auf den Reis auflegen. Jetzt den Topf, in dem sich der Reis und der Kombu befindet, auf den Herd stellen, den Deckel draufsetzen und bei mittlerer Hitze zum Kochen bringen.

Sobald der Reis aufgekocht ist, die Hitze auf kleinste Stufe stellen und mit geschlossenem Deckel 13 Minuten leicht köcheln lassen. Der Deckel sollte in dieser Zeit nicht geöffnet werden!

6. Für den selbstgemachten Sushi-Essig in einem kleinen Topf den Reissig, Zucker und das Salz verrühren. Bei kleiner Hitze erwärmen, ohne den Sud aufzukochen. Es sollte sich lediglich der Zucker auflösen. Den fertigen Sushi-Essig beiseitestellen.

7. Sobald der Reis fertiggekocht ist, die Hitze komplett abstellen und bei geschlossenem Deckel für 10 Minuten quellen lassen. Danach den Deckel öffnen und den Kombu herausnehmen.

8. Den gegarten Reis in eine große Schüssel füllen und mit dem selbstgemachten Sushi-Essig (oder dem Sushi no ko – einem speziellen Essig-Pulver für Sushi-Reis) würzen. Den Reis mit schneidenden Bewegungen des Löffels vermischen (nicht wild verrühren, sondern die Würzung schonend unterheben).

9. Bis zur Verwendung den Reis auf Körpertemperatur abkühlen lassen, also ungefähr 40°C – der Reis sollte sich in der Hand weder warm noch kalt anfühlen. Fertig – Itadakimasu!