

Uramaki – Inside-Out Sushi

für 4 Portionen | 15 Minuten | 554 kcal

Uramaki sind außerhalb Japans vor allem als California Roll oder Inside-out Sushi bekannt. Bei dieser Abwandlung von traditionellem Maki Sushi befindet sich der Reis außen und das Noriblatt innerhalb der Sushi-Rolle – umhüllt wird alles mit geröstetem Sesam. Trotz des extravaganten Aussehens ist diese Art von gerolltem Sushi einfacher zuzubereiten als du vielleicht glaubst – also dringend ausprobieren!



Zutaten (4 Portionen = 36 Stück)

600 g Sushi-Reis (zum Rezept)
3 Noriblätter
120 g Lachs
1/2 Gurke
6 EL Mayonnaise
6 EL Sesam (geröstet)

Für das Essigwasser:

250 ml Wasser
1 EL Reisessig

Zum Servieren (jeweils für jeden Gast bereitstellen):
Wasabi (Paste aus der Tube oder selbstgemacht aus Wasabi Pulver)
Sushi-Ingwer
Sojasauce

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

Zubereitung (15 Minuten + 60 Minuten für Reis)

1. Zutaten für die Uramaki Sushi-Rollen bereitlegen sowie den Sushi-Reis vorbereiten (hier zum Rezept für leckeren Sushi-Reis) und kurz abkühlen lassen. Zusätzlich das Essigwasser in einer kleinen Schale mit frischem Wasser und Reisessig vorbereiten für das Formen des Reises.

Außerdem die Sushimatte mit Frischhaltefolie einschlagen, damit der Reis nicht zwischen dem Bambus kleben bleibt.

2. Wenn das Wasabi zum Servieren auf Grundlage von Wasabi Pulver selbst gemacht werden soll: Das Mischverhältnis zum Anrühren beträgt 5 TL Wasabi Pulver zu 3 TL Wasser. Beides zusammen in einer kleineren Schüssel verrühren, eventuell zu einer Kugel formen und 5 Minuten ziehen lassen, damit sich das Aroma entfalten kann.

Uramaki Schritt 3 Füllung vorbereiten

3. Während der Reis gegart wird, die Füllung vorbereiten: Dazu den Lachs mit einem scharfen Messer behutsam in feine Streifen (circa 1 x 1 x 10 cm) schneiden. Dazu das Messer schräg (45° Winkel) zum Fischfilet ansetzen und das Filet zuerst in 1 cm breite Scheiben schneiden. Danach jede Scheibe der Länge nach in 1 cm breite und (je nach Filet) 10 cm lange Streifen schneiden. Die Gurke waschen und trocken tupfen. Längst halbieren, dann jeweils vierteln und die Kerne mit dem Messer entfernen.

4. Die Noriblätter übereinanderlegen und mit einer Schere halbieren.

5. Der gesäuerte Sushi-Reis sollte nun fertig gegart und abgekühlt sein. Zum Rollen der Uramaki die in Folie eingeschlagene Bambusmatte mit der grünen Seite nach oben auf die Arbeitsfläche legen. Ein halbiertes Noriblatt mit der glatten Seite nach unten auf die Bambusmatte legen.

Die Hände in der bereitgestellten Essig-Wasserschale befeuchten und 100 g Sushi-Reis mittig auf dem Nori platzieren. Den Reis gründlich nach und nach auf dem gesamten Nori bis an die Ränder ausbreiten (die Hände immer mal zwischendurch in das Wasser tauchen) – der Reis sollte so dicht liegen, dass das Nori nicht mehr zu sehen ist.

6. Das mit Reis befüllte Noriblatt anheben und umdrehen, sodass sich nun der Reis auf der Bambusmatte befindet. Am besten so platzieren, dass das Nori am unteren Rand der Bambusmatte abschließt. Nacheinander 1/6 des Lachs, 1/6 der Gurke und etwa 1 EL Mayonnaise zentral auf dem Nori verteilen.

7. Jetzt wird die Uramaki Sushi-Rolle geformt: Die untere Kante der Bambusmatte plus Nori mit Daumen und Zeigefinger anheben. Die Füllung mit restlichen Fingern festhalten. Die untere Kante der Sushi-Matte genau bis zum oberen Rand des Nori heben und leicht andrücken. Matte wieder etwas anheben und die Sushi-Rolle vollständig in die Matte einrollen und schön rund formen.

8. Matte ausrollen und fertige Sushi-Rolle ringsum gründlich mit Sesam bestreuen – ggf. noch einmal in Bambusmatte einrollen, damit Sesam gut am Reis haften bleibt.

Die fertige Uramaki Sushi-Rolle beiseitestellen und auf dieselbe Weise fünf weitere Uramaki formen.

9. Ein größeres, wirklich scharfes Messer mit etwas Essigwasser benetzen. Die Uramaki Sushi-Rollen jeweils zuerst halbieren und jede Hälfte in 3 Scheiben schneiden.

10. Die Uramaki jetzt zusammen mit Wasabi, Sushi-Ingwer und Sojasauce servieren. Fertig – Itadakimasu!