Sushi bestaat meestal uit kleine stukjes rauwe vis, schelp- of schaaldieren. Vegetarische sushi kan ook goed zelf worden gemaakt. Bijvoorbeeld groenten, gewikkeld in koude rijst met azijn, al dan niet met nori. Sushi is steeds meer kant-en-klaar verkrijgbaar bij de Japanner of een goede visboer.

Sushi

Veggi-sushi

RECEPT

Bereidingstijd: circa 45 minuten + 60 minuten opstijven

Ingrediënten voor circa 35 stuksof hoofdgerecht

- ❑ 250 gram sushirijst
- ❑ 2 vellen nori (zeewier)
- ❑ ca. 5 dl water
- ❑ 3 eetlepels rijstazijn
- ❑ 1 flinke eetlepel suiker
- ❑ snufje zout
- ❑ 125 gram kastanje-champignons
- ❑ 1 eetlepel (zonnebloem) olie
- ❑ 250 gram dunne groene asperges (beetgaar gekookt)
- ❑ 150 gram zachte roomkaas
- ❑ 1 theelepel geraspte gemberwortel

Bereiding

- Was de rijst in een zeef onder koud stromend water tot het water helder is. Laat de rijst goed uitlekken en breng deze aan de kook met ca. 5 dl water. Kook de rijst circa 30 minuten op een lage warmtebron tot het water zover verdampt is dat er putjes in de rijst komen. Laat de rijst circa 10 minuten, afgedekt, nagaren. Breng de rijstazijn met de suiker en het zout al roerende aan de kook tot de suiker is opgelost. Doe de rijst over in een ruime schaal. Schenk het warme azijnmengsel erover en schep het voorzichtig door de rijst. Laat de rijst zo snel mogelijk afkoelen. Wapper er met een stuk karton of met een waaier over, zodat de vloeistof zo snel mogelijk verdampt. Bedek de rijst met een vochtige doek en laat hem circa 15 minuten rusten.
- Maak de champignons schoon, snijd ze in achten en bak ze snel om en om in de hete olie tot het vocht verdampt is. Dep ze droog met keukenpapier en laat ze afkoelen.
- Leg een vel nori op het werkvlak. Verdeel de helft van de gare sushirijst circa 1 cm dik over de nori en strijk de rijst glad. (Maak evt. handen of mes nat met koud water.) Verdeel de goed uitgelekte asperges (circa 7 stuks nodig, bewaar de rest voor garnering) over de rijst, laat steeds een tussenruimte van 1 cm. Roer de zachte roomkaas uit met de gember en doe de massa over in een spuitzak. Spuit de roomkaas tussen de asperges en verdeel de champignons eroverheen. Dek af met de rest van de rijst en het tweede vel nori. Druk de massa voorzichtig plat en zet alles, afgedekt met vershoudfolie, minimaal 60 minuten koud weg.
- Snijd met een scherp mes, liefst een elektrisch mes, sushi's van 3 x 3 cm en garneer ze eventueel met achtergehouden stukjes groene asperge.

Variaties

Vervang de asperges door 1 avocado en de gemberwortel door 2-3 theelepels limoensap.
Met vis: vervang de champignons door 100 gram garnalen of 100 gram rauwe verse tonijn.

Serveertip:

Geef er Japanse sojasaus en wasabi bij.

WIJNTIP

Lanson champagne Black Label Brut

Laat de kracht van de champagne corresponderen met je gerecht. Serveer met de bekendste Lanson champagne Black Label Brut, gemaakt van 50% pinot noir-, 35% chardonnay- en 15% pinot meunierdruiven. Een fonkelende en heldere champagne met een lichte amberkleur, fijne bubbels, fruitig, elegant en verfrissend droog.