



## Maki sushi

### Ingredience

řasa Nori: 1 balení  
sushi rýže: 250 g  
čerstvý losos: 300 g  
avokádo: 1 ks  
rýžový ocet: 1 PL  
třtinový cukr: 2 KL  
sůl: 0,5 KL  
wasabi  
sójová omáčka  
nakládaný zázvor

### STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Zdravé, neuděláte chybu

**Rýži proplachujeme ve studené vodě tak dlouho, dokud voda není úplně čirá. Do hrnce dáme studenou vodu a rýži do ní dáme vařit dle návodu na obalu. Po celou dobu vaření musí být rýže přikrytá pokličkou. Rýže na sushi musí být lepivá, ale ne rozvařená. Smícháme rýžový ocet, sůl a cukr, ohřejeme a...**

# Sushi - recept

Rýži proplachujeme ve studené vodě tak dlouho, dokud voda není úplně čirá. Do hrnce dáme studenou vodu a rýži do ní dáme vařit dle návodu na obalu. Po celou dobu vaření musí být rýže přikrytá pokličkou. Rýže na sushi musí být lepivá, ale ne rozvařená.

Smícháme rýžový ocet, sůl a cukr, ohřejeme a promícháme s uvařenou rýží. Připravíme si rolovací podložku na sushi, nakrájeného lososa a avokádo na proužky. Čerstvost a správné skladování ryby jsou při přípravě sushi velmi důležité.

Plát řasy položíme na rolovací podložku a rozprostřeme na něj rýži. Jeden okraj necháme bez rýže. Doprostřed položíme rybu, avokádo a trochu wasabi (wasabi můžeme vynechat a namáčet do něj až hotové sushi). Zarolujeme pomocí podložky a průběžně utahujeme. **Maki sushi** se roluje tak, aby náplň zůstala uvnitř a řasa byla kolem ní, nikoli aby se řasa zarolovala do náplně.

Hotové Maki sushi nakrájíme na "špalíčky", namáčíme do **wasabi** a **kvalitní sójové omáčky**. K sushi podáváme také nakládaný růžový zázvor.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí