

Uzlíčkové sushi



Obtížnost: ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 40min
Celkový čas: 1h 10min , Porce: 4

1005 kalorií , **2 g** cukrů , **74 g** tuků , **66 g** bílkovin

Autor: Barbora Dvouletá

Odkaz: <https://srecepty.cz/uzlickove-sushi>

Příprava

Sterilované bambusové výhonky nakrájíme na nudličky. Hlavičky hub shiitake krátce povaříme ve vodě ochucené sójovou omáčkou, scedíme a nakrájíme také na nudličky. Nadrobno nakrájené krabí tyčinky smísíme s připravenou rýží, bambusovými výhonky a houbami shiitake a ochutíme sezamem.

Do mísy rozklepneme vejce, přidáme sójovou omáčku a našleháme. Hranatou pánev potřeme olejem a osmažíme na ní čtyři obdélníkové omelety. Ty pak překrojíme, abychom získali osm čtverců. Do každého čtverce urovnáme porci rýžové směsi a zabalíme jako uzlíček. Kraje omelety dobře přimáčkeme, aby byl sushi uzlíček uzavřený, a spoj nahoře převážeme proužkem spařeného špenátového listu.

Tip k receptu

Vodu, v níž vaříte houby, můžete dochutit i jednou lžící mirinu (sladké ochucovadlo). Rovněž jej můžete přidat, když šleháte vejce se sójovou omáčkou.



Ingredience

- 3 hrnečky rýže na sushi
- 100 g sterilovaných bambusových výhonků
- 100 g krabích tyčinek Surimi
- 1 lžice čeného sezamu
- 8 vajec
- 4 hub shiitake
- 1 lžice sezamového oleje
- 8 listů špenátu
- 2 lžice sójové omáčky

Kategorie

Výjimečný den, Japonská, Finančně náročnější, Ryby a dary moře, Exotika, Labužník, Párty občerstvení