

RAINBOW-SUSHI-SANDWICH

Keine Lust auf langweiliges Butterbrot? Dann kommt hier die kunterbunte Edelvariante! Mit unserer Mandelöl-Mayo zaubert ihr euch ein sogenanntes Onigirazu und damit ein (fast) echt japanisches Sandwich. For God's Sake, das wird fein!

Zutaten

- 150 g mit Reisessig gekochter Sushireis
- 2 Nori-Blätter
- Tofu-Patty aus dem Supermarkt, in Scheiben geschnitten
- Handvoll Rote Bete Scheiben
- ½ Avocado
- Stück Gurke
- 1 Karotte
- 1 kleine Süsskartoffel
- THOMY Mayo mit Mandelöl



30 Minuten



2 Portionen

So geht's

1. Avocado und Gurken in dünne Scheiben schneiden, Karotten fein raspeln. Süsskartoffel schälen, würfeln und in einem Topf mit Wasser fünf bis zehn Minuten kochen und anschliessend zerdrücken.
2. Nori-Blatt mit der glänzenden Seite nach unten auslegen, mit nassen Fingern leicht anfeuchten.
3. 1 grossen EL gekochten Sushireis auf die Mitte des Nori-Blattes geben und kreisrund mit dem Löffel andrücken.
4. Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen und Tofuscheiben nacheinander goldbraun backen. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.
5. Gemüse und zerdrückte Süsskartoffel bzw. Tofu nacheinander aufschichten und am Ende mit THOMY Mayo mit Mandelöl verfeinern.
6. 1 grossen EL gekochten Sushireis als oberste Schicht auftragen und andrücken.
7. Zwei gegenüberliegende Ecken des Nori-Blattes zusammennehmen und eine davon mit etwas Wasser anfeuchten. Die andere „ankleben“.
8. Die übrigen beiden Ecken zusammennehmen und unter die sich treffenden Ecken schieben. Sandwich-Päckchen gut zusammendrücken und ggfs. hier und da mit Wasser anfeuchten, damit es besser hält. In der Mitte auseinanderschneiden.

Du hast die hohe Kunst des Rainbow-Sushi-Sandwiches gemeistert und denkst bei „Onigirazu“ nicht mehr an gefaltete Papierservietten? Dann mach ein Foto und poste es auf Facebook oder Instagram mit #LOVEthomy.

