

Dreierlei Matjes-Sushi

Für 4 Personen

Für den Sushi-Reis:

300 ml Sushi-Reis	4 EL Reisessig	20 g Zucker
1 TL grobes Meersalz	2 Kaffirlimettenblätter	2 Stiele Zitronengras
Salz		

Für die Matjes:

a) mit Koriander eingelegter Ingwer	2 Matjesfilets Sojasauce	Wasabi 1 EL Korianderblättchen
2 Radieschen	b) mit Gurke und Paprika	1 Stück Salatgurke (ca. 10 cm)
Salz	1 kleine Paprika rot	1 Bund Schnittlauch
1 Bund Kerbel	Wasabipaste, Zitronensaft	2 Matjesfilet
1 hart gekochtes Ei (gewürfelt)	c) mit Lauch und Apfel	2 Schalotten
1 kleiner Apfel	2 Matjesfilets	2 Stangen Lauch
Sesam-Sojasauce	100 ml dunkle Sojasauce	100 ml Mirin (süßer Reiswein)
2 EL Bonitoflocken	2 EL gerösteter Sesam	

Den Reis im Gareinsatz eines Reiskochers oder einem Sieb mehrmals sorgfältig spülen. Anschließend mit 360 ml Wasser mischen und garen:

Im Reiskocher:

Den Reis im Reiskocher oder in einem Topf garen. Den Deckel des Reiskochers mit einem Küchentuch bedecken, damit keine Flüssigkeit entweicht. oder

Im Topf:

Wasser und Reis bei starker Hitze zum kochen bringen. Dann den Reis bei kleinster Hitze im geschlossenen Topf quellen lassen, bis alle Flüssigkeit aufgesogen ist. Das dauert etwa 18-20 Minuten. Danach sollten sich die Reiskörner leicht vom Topfboden lösen lassen und nicht festkleben. Den Topf vom Herd nehmen und weitere 15-20 Minuten ziehen lassen. Reisessig, Zucker, Limettenblätter, Zitronengras und Salz in einem kleinen Topf erhitzen. Sobald Zucker und Salz sich aufgelöst haben, den Topf vom Herd nehmen. Die Essigmischung gleichmäßig über den gegarten Reis geben und behutsam mit einem Holzspatel untermischen. Vor dem Formen den Reis lauwarm abkühlen lassen

Für den Koriander-Matjes:

Den Fisch in gleichmäßige Scheiben schneiden. Soviel Reis in die Hand nehmen dass man in der Hand eine Kugel formen kann (etwa 25 g) Eine Scheibe Matjes in der Mitte mit etwas Wasabi bestreichen. Die Reiskugel in die Mitte des Matjes auf das Wasabi setzen. In der Mitte des Reises ein Loch drücken, damit das Sushi leichter wirkt. Sushi umdrehen und ohne Druck in der Hand hin und her wenden und so in eine ovale Form bringen. Radieschen abspülen, trocken reiben und in feine Streifen schneiden. Matjes-Sushi mit den Radieschenstreifen, eingelegtem Ingwer, Sojasauce und Korianderblättchen garnieren. Auf einer Schieferplatte servieren.

Für die Sushi mit Gurke und Paprika:

Gurke und Paprika abspülen und trockenreiben. Schnittlauch und Kerbel ebenfalls abspülen und trocken schütteln. Gurke schälen und der Länge nach von einer Seite bis zu den Kernen in 1 mm dünne Streifen hobeln. Hat man die Kerne erreicht, Gurke umdrehen und die andere Seite ebenfalls bis zu den Kernen in dünne Streifen hobeln und die Streifen leicht salzen. Paprika halbieren, entkernen und ebenfalls in sehr dünne Streifen schneiden. Gurkenstreifen auf einer Bambusmatte

nebeneinander zu einer 20 x 12 cm großen Platte auslegen. Mit Reis, ein Teil der Paprikastreifen und Schnittlauch belegen. In die Mitte die Matjesfilets legen. Mit Wasabipaste und Zitronensaft würzen und mit Hilfe der Bambusmatte vorsichtig aufrollen und etwas anpressen. Rolle aufschneiden, portionieren und mit Paprikastreifen, Eigelbwürfeln und Kerbelblättchen garnieren. Für Apfel-Lauch-Sushi:

Schalotten schälen und in dünne Rinde schneiden. Apfel waschen, trockenreiben, vierteln, entkernen und fein würfeln. Matjes in ca. 2 cm große Stücke schneiden. Lauch halbieren, waschen und ca. 3 Minuten in Salzwasser garen. Danach in Eiswasser abschrecken und auf einem Küchentuch trocken tupfen. Lauchstreifen und zu einem schmalen Rechteck von 22 cm Länge und 2,5 cm Breite auslegen. Den Reis in 2 cm große Würfel formen (ca. 25 g Reis) und mit dem Lauch umwickeln. Matjeswürfel darauf legen. Mit Schalottenringen, Apfelstückchen und Wasabipaste garnieren. Für den Sesam-Dip Sojasauce und Mirin mischen und erhitzen. Die Bonitoflocken zugeben und kurz darin ziehen lassen. Das Ganze durch ein Sieb gießen, und den Sesam zugeben. Zu dem Sushi servieren.

Jörg Sackmann am 28. Mai 2013