



Sushi Bake

Zutaten

200 g Sushireis

0.5 Teelöffel Salz

2 Esslöffel Sesamöl

2 Esslöffel Reissessig

Etwas Zucker

Portionen: 4

Für die Fischcreme:

250 g rohes Lachsfilet

1 Stück(e) Knoblauchzehe

3 Esslöffel neutrales Pflanzenöl

2 Stück(e) Frühlingszwiebeln

1 Esslöffel Sriracha Sauce

1 Esslöffel Mayonnaise

100 g Frischkäse

4 Esslöffel Sojasauce

Außerdem:

Noriblätter

Sriracha Sauce

Mayonnaise

gemischter Sesam

1 Stück(e) Frühlingszwiebel

Avocado oder Gurken (optional)

Zubereitung

1. Den Ofen auf 200 Grad vorheizen.
2. Reis nach Packungsanweisung kochen. Es geht auch Basmati- oder Jasminreis.
3. Lachs auf ein Backblech oder in eine Ofenform legen, Salzen und in den Ofen schieben. Während der Reis kocht, kann der Lachs für 10-15 Minuten in den Ofen.
4. Sesamöl, Reissessig und Zucker in einen Topf und aufkochen lassen.
5. Den fertigen Reis in einer Ofenform verteilen, dann die Öl-Essig-Zucker-Mischung darauf verteilen und alles gut vermengen. Anschließend Reis wieder gleichmäßig in der Ofenform verteilen.

Tipp: Den Reis würzen und gleichmäßig verteilen.

6. Lachs aus dem Ofen nehmen, die Haut entfernen, in eine Schüssel geben und mit einer Gabel zerkleinern.

Tipp: Lasst den Lachs am Besten kurz etwas abkühlen.

7. Noriblätter mit einer Schere in feine Streifen schneiden und diese gleichmäßig über dem Reis verteilen.

8. Gehackten Knoblauch, geschnittene Frühlingszwiebeln, Öl, Sriracha Sauce, Frischkäse, Mayo und Sojasauce zum Lachs geben und alles zu einer Paste verarbeiten.

9. Die Lachspaste gleichmäßig auf den Reis in der Ofenform schichten und in den Ofen stellen. Alles wieder für ca. 15 Minuten in den Ofen geben.

10. Die Form kommt aus dem Ofen und es werden Sriracha Sauce und Mayo im Zickzackmuster darüber verteilt, Frühlingszwiebel draufstreuen und Sesam verteilen. Fertig!

Tipp: Wer mag, gibt noch kleingeschnittene Gurke oder Avocado dazu.