



REZEPTE von der **BIENENMANUKTUR**

SUSHI



Zutaten:

Noriblätter
Sushireis
Reispulver
in feine Streifen geschnittene Karotten
in feine Streifen geschnittene Gurke
Avocado
Soyasauce
Wasabipaste
eingelegten Ingwer
z.B. frischer Thunfisch
z.B. frischer Lachs
z.B. Garnelen
z.B. Thunfisch in eigenem Saft mit
Mayonnaise vermengen und mit
Salz und Pfeffer würzen

Honigperlen Aronia
Honigperlen Zitrone
Honigperlen Blütenhonig pur

Und so gelingt's:

Sushimatte ausrollen. Noriblatt mit der glatten Seite nach unten auf die Matte legen.
Abgekühlten und mit Reispulver vermengten Sushi-Reis auf 3/4 des Noriblattes geben und leicht andrücken.
Fein geschnittenen Fisch und/oder Gemüse auf den Reis geben.
Mit der Bambusmatte aufrollen und mit etwas Wasser Rolle zusammenkleben.
Mit einem scharfen Messer in Stücke schneiden.
Mit den Honigperlen als Topping anrichten.

Guten
Appetit!