



Kimbap - koreanisches Sushi

Zutaten

- 250 g Sushireis
- 90 g Karotten
- 250 g Salatgurken
- 100 g Spinatblätter
- etwas Salz
- 70 g Rettich, eingelegt
- 3 EL Sesamöl
- 2 Ei(er)
- 200 g Rinderhüfte
- 1 Beutel MAGGI MAGIC ASIA Würzpaste für Teriyaki Style
- 5 Nori-Blätter
- 2 EL Sesamkörner
- etwas MAGGI Würze Hot

Zubereitung

1. Sushireis nach Packungsanweisung zubereiten.
2. Währenddessen: Karotten putzen, waschen, schälen und in feine Stifte schneiden. Salatgurken waschen, halbieren, das Kerngehäuse mit einem Löffel entfernen und ebenfalls in feine Stifte schneiden. Spinatblätter gründlich waschen und abtropfen lassen. Rettich, eingelegt (a.d. Asia-Markt) in schmale Streifen schneiden.
3. Sesamöl in einer Pfanne erhitzen und den Spinat kurz darin anbraten, bis er zusammengefallen ist. Anschließend die Möhrenstifte in die Pfanne geben, ca. 3 Min. darin braten und herausnehmen.
4. Eier gut miteinander verquirlen und in die zuvor benutzte Pfanne geben, ggf. noch etwas Sesamöl zugeben. Bei geringer Hitze langsam stocken lassen. Das Ei soll nur stocken und keine Farbe nehmen.
5. Den fertigen Reis in eine Schüssel umfüllen und abkühlen lassen. Mit Sesamöl und Salz verfeinern.
6. Rinderhüfte in schmale Streifen schneiden. In einer Pfanne 1 EL Öl heiß werden lassen. Rinderstreifen darin ca. 2-3 Min. anbraten. Würzpaste zugeben und unterrühren.
7. Den abgekühlten Reis auf Nori-Blätter verteilen und mit feuchten Händen darauf andrücken. Dabei einen schmalen Rand frei lassen. Die vorbereiteten Zutaten mittig auf dem Reis verteilen, mit jeweils etwas Sesam bestreuen, den freien Rand des Nori-Blatts mit Wasser befeuchten und die Rolle mit Hilfe einer Bambus-Matte fest aufrollen. Die Kimbap Rolle mit einem scharfen Messer in 6 Stücke schneiden und mit den übrigen Zutaten ebenso verfahren. Nach Geschmack mit Maggi Würze Hot servieren.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	46 g
Energie	380 kcal
Fett	14 g
Protein	17 g

🕒 34 Minuten

⊕ 5 Portionen