

# Lehké Sushi

Kategorie: [Maso](#)

Autor: sarysek



## Suroviny

**Porce:** 1

- sůl 1 špetka
- avokádo 1 ks
- uzený losos 1 balíček
- mořská řasa 5 ks
- rýže 2 balíček
- mango 1 ks
- okurek 1 ks
- cukr 1 špetka
- tuňák 1 plechovka
- sojová omáčka 10 ml
- wasabi 1 ks

**Doba přípravy:** 30 min

**Obtížnost:** Snadné

**Způsob přípravy:** Vaření

**Země:** Japonsko

**Počet porcí:** 1

## Postup:

Příprava sushi je opletena všemi možnými složitými postupy, ale existuje způsob, jak ho udělat levně, chutně a rychle.

Vím, že na správné sushi musíme mít čerstvého tuňáka nebo lososa. Je však možné tyto ingredience nahradit uzeným lososem a tuňákem z konzervy. Výsledek bude určitě stát za to.

Speciální přísady, které budeme potřebovat je: mořská řasa, wasabi, sojová omáčka, sushi rýže (ale dá se nahradit i normální rýží), a speciální podložka ze špejlí, (kterou si ale šikovný člověk dokáže udělat doma i sám).

Další ingredience, které jsou lehké sehnat jsou uzený losos, tuňák v konzervě a různé druhy ovoce nebo zeleniny. Každý si může vybrat podle chuti. Já rád přidávám buď okurek, avokado, nebo např. mango.

Nejdříve dáme vařit rýži - na cca 15 min. Nesmí být převařená, aby se příliš nelepila. Osolíme ji a také trochu ocukrujeme. (Popř. můžeme přidat speciální olej na sushi). Rýži necháme vychladnout a mezitím si nakrájíme zeleninu či ovoce, kterou chceme do sushi přidat. Až je rýže chladná, začneme ji klást na mořskou řasu, která musí být položena na podložce za špejlí. Nerozprostřeme ji na celou plochu, ale necháme cca 1 cm na konci řasy (aby se dala dobře zabalit). Doprostřed vložíme ovoce či zeleninu a vedle toho uzeného lososa či tuňáka. Opatrně pak zabalíme a specialita je na světě.

Na misku pak můžeme dát trochu wasabi a do druhé misky trochu sojové omáčky.