

Kushi z kaszy jęczmiennej ze śledziem po wiejsku



Składniki

1 szklanka - Kasza
jęczmienna wiejska
Śledzie wiejskie w oliwie z
cebulą (słoik)
1 szt. - Jabłko
1 szt. - Papryka czerwona
1 szt. - Ogórek zielony
długi
1 szt. - Pęczek szczypiorku
5 szt. - Nori (arkusze)
Chrzan
3 łyżka - Sushi Su
Sos sojowy, sos rybny

Opis wykonania

Polska alternatywa dla klasycznego sushi. Kasza świetnie komponuje się ze śledziem, chrzaniem i warzywami.

Ugotuj kaszę lekko osolonej wodzie. Kiedy kasza wchłonie płyn, wstaw garnek do koca na około 10-15 minut. W tym czasie pokrój śledzie oraz warzywa w paski. Ostudź całkowicie kaszę i dodaj Sushi Su i dokładnie wymieszaj. Na macie bambusowej połóż nori błyszczącą stroną do dołu, nałóż cienką warstwę kaszy na powierzchni około 3/4 arkusza. Na środku kaszy nałóż cienki pasek chrzanu i paski śledzi oraz szczypiorek i ogórek. W drugiej wersji zamiast ogórka nałóż jabłko, a w trzeciej paprykę. Za pomocą maty bambusowej zwiń w rulon, jeśli koniec nori nie chce się skleić, zwilż go sokiem z pomarańczy. Rulon połóż łączeniem do dołu, ostrym nożem pokrój na porcje wielkości jednego kęsa. Układaj symetrycznie na talerzu, podawaj z sosami sojowym, rybnym.