NRW-Sushi, Folge 1 – Maki

Ein Metzger aus Kempen wollte für einen japanischen Kunden etwas Besonderes machen – seine Geistesblitz: Metzger-Sushi, eingewickelt in edles Fleisch. Wir haben gedacht: Aus dieser Idee machen wir ein NRW-Sushi – heute gibt's Folge 1: NRW-Maki.

Die Angaben für alle Zutaten sind zugeschnitten auf 8 Stück Roastbeef-Gurken-Maki, 8 Stück Westfälischer Schinken-Zuckerschoten-Maki und 6 Stück Schweinebraten-Paprika-Maki.

Zutaten:

- 100 g Salatgurke
- 100 g Zuckerschoten
- ½ rote Paprika
- 2 Lauchzwiebeln
- 1 EL Olivenöl
- 1 EL Rheinisches Rübenkraut
- 500 g Frischkäse
- 50 g Walnüsse, gehackt
- 1 TL Bio-Limettenabrieb
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- 4 Scheiben Roastbeef

© WDR 2019

- 4 Scheiben Westfälischer Schinken
- 4 Scheiben Schweinebraten
- 10 cm weißer Rettich
- 2 EL Weißweinessig
- Salz

Zutaten für den Dipp:

- 80 g Kürbiskerne, geschält
- 4 EL Rapsöl, kaltgepresst
- 3 Zweige Petersilie
- 1 TL Rheinisches Rübenkraut
- Salz
- Pfeffer

Besondere Utensilien:

- Pürierstab und Behälter
- Frischhaltefolie
- Bambusmatte zum Rollen von Sushi (Makisu)
- sehr scharfes Messer

Zubereitung:

- Gemüse putzen, waschen und in längliche, sehr feine Stifte schneiden. Bei der Gurke zuvor die Kerne mit einem Teelöffel herauskratzen.
- Zuckerschoten in etwas gesalzenem Wasser bissfest garen.
- Für die Füllung (Paste) Lauchzwiebeln in wenig Olivenöl anbraten und mit Zuckerrübensirup karamellieren. Etwas abkühlen lassen – es sollen crunchy Stückchen entstehen.
- Frischkäse mit den crunchy-Lauchzwiebeln, gehackten Walnüssen und Limettenabrieb mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- Für den Dipp die Kürbiskerne in einer Pfanne vorsichtig anrösten und dann zusammen mit Olivenöl, Petersilie und Rübenkraut mit dem Pürierstab zu einer dickflüssigen Soße verarbeiten. Wenn nötig, etwas mehr Öl zufügen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- Rollen: Eine quadratische Bahn Frischhaltefolie auf die Arbeitsfläche legen. Tipp: Leichter geht das Aufrollen, wenn man – wie beim echten Sushi – eine Bambusmatte unter die Frischhaltefolie legt und diese dann am Ende mit aufrollt.
- Roastbeefscheiben auf die Frischhaltefolie legen, so dass sie an den langen Rändern leicht überlappen und sie quadratisch angeordnet sind. Mit dem Westfälischen Schinken und dem Schweinebraten danach ebenso verfahren.
- Frischkäsemasse mit einem Teigschaber auf allen drei Fleischsorten gleichmäßig dünn verstreichen.

© WDR 2019

- Das Gemüse – Gurke für das Roastbeef, Zuckerschote für den westfälischen Schinken, Paprika für den Schweinebraten – an einem Ende schön ordentlich in Form einer langen Wurst anrichten.
- Den Schinken nun zusammen mit der Fischhaltefolie und ggf. der Bambusmatte fest aufrollen und an den Enden fest zudrehen. Die Rollen sollten vor dem Aufschneiden ca. eine Stunde lang in den Kühlschrank.
- Rettich sehr fein hobeln und mit Essig und etwas Salz anmachen.
- Rollen mit einem Scharfen Messer ohne viel Druck in mundgerechte Happen schneiden. Auf Tellern anrichten.
- Die Soße zum Dippen in ein kleines Schälchen daneben platzieren, ebenso die Meerrettichscheibchen.
- NRW-Sushi aufessen – **Mahlzeit!**

© WDR 2019