

# Maki

Total tid **20 Min.** 20 Min. Tid för förberedelse

Näringsinnehåll (per portion):

**619 kJ / 147 kcal**

## INGREDIENSER

4 Portioner

**450 g** kokt, kryddat sushiris

**6** noriark

**Till fyllningen:**

**120 g** gurka, skuren i strimlor  
lite wasabi

lite rostade sesamfrön

**Att dippa i:**

Kikkoman Sushi &

Sashimi sojasås

**Dessutom:**

Plastfolie, rullmatta i  
bambu

## FÖRBEREDELSE

### Steg 1

Dela noriarken i två delar och lägg ett halvt ark med den glansiga sidan nedåt på rullmattan ca 5 mm från nedre kanten. Fördela sushiriset jämnt ovanpå. Låt ca 1 cm vid övre kanten vara fri, den behövs för att försegla rullen med. Gör en skåra i mitten av riset för fyllningen, stryk ut lite wasabi i skåran och lägg på gurka och sesamfrön.

### Steg 2

Lyft upp kanten på rullmattan närmast dig och rulla in sushiriset upp till norins övre kant. Rulla sedan ihop mattan helt och forma sushirullen genom att trycka med båda händerna. Lyft upp mattkanten och vrid rullen en aning framåt så att norikanterna håller ihop. Rulla ihop rulle igen med lätt tryck. Ta sedan bort rullmattan ock skär rullen i 6 sushibitar.