

AVOCADO SUSHI

WORTEL
SCHieten

INGREDIËNTEN

- 3 vellen zeewier
- 1 avocado
- 100 gram Sushirijst
- sojasaus
- eventueel wasabi



Wortel Schieten
is een project van:



Deze editie werd uitgevoerd
in opdracht van:



Volkskantine

Wortel Schieten is onderdeel van het EU-programma
FoodWave, geïnitieerd door Milaan:



BEREIDINGSWIJZE:

1. Doe ruim water in de pan en zet het op hoog vuur tot het water kookt.
2. Zet vervolgens het vuur lager en kook de rijst volgens de aanwijzingen op de verpakking tot het gaar is.
3. Giet de rijst af en laat het afkoelen.
4. Leg een vel zeewier op een Sushimatje.
5. Leg een dun laagje rijst op het zeewier en daar bovenop een horizontale rij van avocado.
6. Rol het zeewier met de rijst en avocado stevig op.
7. Gebruik een scherp mes om de rol in stukjes te snijden.
8. Nu is de sushirol klaar! Serveer het met sojasaus en wasabi naar smaak.

Eet smakelijk!

Gang: hoofdgerecht

Bereidingstijd: 30 minuten

Aantal personen: 5



TIP:

Officieel zijn er elf soorten sushi: Maki, Gunkan, Nigiri, Chirashi, Nare, Temaki, Temari, Oshi, Sasa, Kakinoha en Inari.

Houd je van pittig? Doe de wasabi tussen je sushirol en strijk het uit over de rijst, voordat je de avocado erop legt.

