



Onigiri met zalm

Handige Japanse rijstdriehoekjes met een hartje van zalm, omwikkeld met nori. Ideaal als lunch of snack onderweg.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
20'	25'	4	Aperitief & hapjes

Ingrediënten

400 gr sushirijst
500 ml water
200 gr zalmfilet
1 el sojasaus
2 vellen nori
1 kl sesamzaad
zout

Bereidingswijze

- 1.** Spoel de sushirijst in een kom met koud water en herhaal dit tot het water helder blijft. Laat de rijst uitlekken in een zeef.
- 2.** Doe de rijst met 500 ml water in een kookpot en breng aan de kook op middelhoog vuur. Zet het vuur laag, dek af en kook 12 minuten tot al het water is opgenomen. Zet het vuur uit en laat de rijst nog 10 minuten afgedekt rusten.
- 3.** Bak de zalmfilet intussen in een droge koekenpan op middelhoog vuur gedurende 3 tot 4 minuten per kant, of tot de vis gaar is. Laat lichtjes afkoelen en plet het visvlees fijn met een vork. Meng met de sojasaus en breng eventueel bij met een snufje zout.
- 4.** Meng wat koud water met een snufje zout in een kommetje. Bevochtig je handen hiermee zodat de rijst niet aan je vingers kleeft.
- 5.** Neem ongeveer 80 gr lauwe gekookte rijst in de palm van je hand. Druk met een vinger een kuiltje in het midden en leg 1 volle theelepel zalmvulling erin. Vouw de rijst rondom de vulling en druk stevig samen.
- 6.** Vorm met beide handen een strakke driehoek door de rijstbal driemaal te draaien en telkens met de vlakke hand te drukken. Zorg dat de vulling volledig ingesloten zit.
- 7.** Snijd de norivel in repen van ongeveer 3 bij 10 cm. Wikkel een reepje nori rond de onderkant van elke onigiri zodat je hem makkelijk vast kunt houden. Bestrooi de bovenkant lichtjes met sesamzaad.
- 8.** Herhaal stappen 5 tot en met 7 tot alle rijst op is. Serveer meteen of wikkel individueel in plasticfolie om mee te nemen.

Tip

Werk met lauwe rijst, niet met koude. Koude rijst kleeft minder goed samen en geeft een kruimelige onigiri. Bewaar gevormde onigiri niet langer dan een halve dag bij kamertemperatuur.

Lekker met

Een lichte misosoup of een kommetje edamame passen uitstekend bij deze onigiri als lichte maaltijd.

Dranktip

Serveer met gekoelde groene thee of een licht gekoeld Japans bier zoals Sapporo.