



Miriam's Genusskarussell

www.genusskarussell.ch

Alpen-Sushi

Rezept und Foto aus: graubuenden.ch

Zutaten 4 Personen

200 g Alpkäse
200 g Gerste
8 dl helle Gemüsebouillon
2 dl Rahm
10 Tranchen Bündnerfleisch
10 grosse Mangoldblätter



Zubereiten

Mangoldblätter von dicken Stielen trennen.
Im siedenden Salzwasser kurz blanchieren und im Eiswasser abkühlen.
Blanchierte Mangoldblätter zum Abtropfen auf ein Küchentuch legen.

Butter in der Pfanne zergehen lassen, wenig Zwiebeln anschwitzen,
Gerste hinzufügen und mit Bouillon ablöschen.
Auf kleiner Flamme etwa 40 Minuten köcheln lassen.
Rahm zugeben und nochmals einige Minuten köcheln lassen, bis die
Masse cremig und dickflüssig ist.
Abkühlen lassen.

Käse in möglichst lange, 1 bis 2 Zentimeter lange Stäbchen schneiden.
Mit hauchdünn aufgeschnittenem Bündnerfleisch satt aufrollen.
Mangoldblatt auf Sushi-Matte legen (Zellophan dazwischen).
Gerste auf dem Blatt verteilen.
Käse mit Bündnerfleisch darauflegen.
Satt aufrollen.

Mit den weiteren Blättern gleich verfahren.
Rund zwei Stunden kühl stellen.
2 bis 3 Zentimeter dicke Scheiben schneiden und mit Wasabi und
Sojasauce servieren.