

Kimbar



Υλικά

1 συσκευασία αποξηραμένα φύκια για χρήση kimbar

Ρύζι (Καρολίνα)

Ζαμπόν/Γαλοπούλα/ τόνος κονσέρβας/ λουκάνικο

Αγγούρι /Καρότο/ Σπανάκι

Αυγό ομελέτα

Πιπεριά

Μαρούλι

Πίκλες κίτρινης Ρέβας

Σησαμέλαιο

Τρόπος παρασκευής Ρυζιού

- Ξεπλένουμε καλά το ρύζι (μέχρι να φύγει το άμυλο και το νερό να μείνει διαφανές) και το αφήνουμε για 1 ώρα στην κατσαρόλα με νερό να φουσκώσει. Η αντιστοιχία νερό με ρύζι είναι 1 προς 1.
- Τοποθετούμε την κατσαρόλα σε δυνατή φωτιά, μέχρι να πάρει βράση το ρύζι. Όταν πάρει βράση, χαμηλώνουμε σε μέτρια φωτιά. Όταν το νερό φτάσει στο 1/3 του ρυζιού, χαμηλώνουμε τη φωτιά και κλείνουμε με καπάκι την κατσαρόλα. Αφήνουμε μέχρι το ρύζι να απορροφήσει το νερό και να γίνει κολλώδες.
- Προσθέτουμε αλάτι και σησαμέλαιο και ανακατεύουμε καλά.

<Εκτέλεση>

- Χτυπάμε τα αβγά, προσθέτουμε λίγο αλάτι και το αδειάζουμε σε ένα τηγάνι (ίσα να καλυφθεί όλη η επιφάνεια του τηγανιού) για να φτιάξουμε μια λεπτή στρώση ομελέτας. Την κόβουμε είτε σε λεπτές λωρίδες είτε σε πιο φαρδιές.
- Κόβουμε το ζαμπόν σε λωρίδες και τα σωτάρουμε μέχρι να ροδίσει.
- Αν χρησιμοποιήσετε τόνο, ανακατεύετε τον τόνο με τη μαγιονέζα. (αντιστοιχία 1 προς 1)
- Κόβουμε κάθετα (κατά μήκος) τα αγγούρια στα 4, αφαιρούμε την ψίχα τους, τα ξανακόβουμε στη μέση κατά μήκος (σύνολο 8 λωρίδες).
- Κόβουμε σε λεπτές λωρίδες το καρότο/πιπεριά και τα σωτάρουμε στο τηγάνι.
- Τοποθετούμε όλα τα υλικά μπροστά μας για να συνεχίσουμε με το τυλίγμα.
- Στρώνουμε στο sushi mat ένα φύλλο αποξηραμένο φύκι με τη γυαλιστερή πλευρά προς τα κάτω και την πιο σκληρή (τραχιά) προς τα πάνω. Στρώνουμε μια λεπτή στρώση από ρύζι με το χέρι και φροντίζουμε να καλύψουμε ομοιόμορφα την επιφάνεια, αφήνοντας λίγο κενό στη μία πλευρά για να μπορέσουμε να τυλίξουμε.
- Τοποθετούμε ένα προς ένα τα υλικά στη μέση και με το ειδικό σουπλά τυλίγουμε σε ένα σφικτό ρολό.
- Αλείφουμε με λίγο σησαμέλαιο και στη συνέχεια κόβουμε κομμάτια στο μέγεθος που θέλουμε