

Tamagosushi

totale tijd **20 min.** 5 min. voorbereidingstijd **15 min.** kooktijd

Voedingswaarde (per portie):
401 kJ / 96 kcal

Vetten: **5,7 g** Eiwitten: **5,4 g**
Koolhydraten: **5,7 g**

INGREDIËNTE

N

5 porties

3 eieren
15 g suiker
1 theelepel Kikkoman Natuurlijk
Gebrouwen Sojasaus
30 g water
Of met Kikkoman saus voor rijst:
3 eieren
1 theelepel Kikkoman zoete Sojasaus
5 g suiker
20 g water
Een beetje olie voor in de
pan
25 g gekookte sushirijst*
To serve:
Rucola
Kikkoman Natuurlijk
Gebrouwen Sojasaus

VOORBEREIDING

Stap 1

Klop de eieren met de suiker, de Kikkoman sojasaus en het water.

Stap 2

Giet $\frac{1}{3}$ van het mengsel in een licht ingevette pan en bak op laag vuur tot het aan één kant hard is.

Stap 3

Vouw de rechter- en linkerkant naar het midden, draai dan de bovenkant halverwege naar beneden en draai het dan opnieuw om een rolvorm te krijgen.

Stap 4

Duw de rol naar de rand van de pan en giet de tweede portie van het mengsel in de pan.

Stap 5

Bak aan één kant zoals ervoor, tot het gaar is. Leg dan de rol aan de bovenkant van de omelet en vouw deze om de rol heen om een extra laag toe te voegen.

Stap 6

Herhaal het proces met de derde portie van het mengsel.

Stap 7

Leg de afgewerkte rol op keukenpapier en vorm deze met het sushimatje; laat het afkoelen en rol het uit het matje.

Stap 8

Snijd de uiteinden van de rol af en snijd de overgebleven rol in 5 stukjes.

Stap 9

Snijd een klein kuiltje in de bovenkant van elk stukje (1/2 cm diep) en vul elk kuiltje met 5 g sushirijst.

Stap 10

Plaats de tamago op een schotel met rucola en serveer met Kikkoman sojasaus.