

# Maki

Tiempo total **20 Mins.** 20 Mins. Tiempo de preparación

Información nutricional (por porción)

**619 kJ / 147 Kcal**

## INGREDIENTES

4 porciones

**450 g** de cocido y condimentado

**6** hojas de nori

**Para el relleno:**

**120 g** de pepino cortado a tiras  
un poco de wasabi  
un poco de sésamo  
tostado

**Para mojar:**

Kikkoman Salsa de Soja  
para Sushi y Sashimi

**Además:**

Film, esterilla de bambú

## PREPARACIÓN

### Pasos 1

Envolver con film transparente la esterilla de bambú para facilitar el trabajo y que no se pegue el arroz.

### Pasos 2

Colocar 1 hoja de nori en la esterilla (previamente envuelta con film transparente) con la parte lisa aprox. a 5 mm del extremo inferior. Repartir por encima homogéneamente el arroz para sushi. Dejar libre aprox. 1 cm en el extremo superior para poder enrollar. Para el relleno hacer un surco en el arroz, untarlo con un poco de wasabi y cubrirlo con el pepino y el sésamo.

### Pasos 3

Para dar forma al arroz para sushi levantar un poco el borde inferior de la esterilla y enrollarla hasta el borde superior de la hoja de nori. Luego enrollar la esterilla completamente y presionar el rollo en la esterilla con ambas manos. Levantar el borde de la esterilla y girar el rollo un poco hacia delante para que los bordes de la hoja de nori se junten. Volver a enrollar el rollo presionando suavemente. A continuación, retirar la esterilla y cortar el rollo en 6 piezas para sushi.