

# Reisessig

Der japanische Reisessig wird aus Reiswein hergestellt und ist im Gegensatz zu Obstessig oder unserem normalen Essig sehr viel milder. Der Reisessig eignet sich prima zum marinieren von Fleisch oder Fisch und macht auch in Salaten mit asiatischem Touch eine sehr gute Figur.

Wer Sushi mag, der kennt die leckere Geschmacksnote des verwendeten Reis, dieser entsteht durch das würzen des Reis mit dem Reisessig. Statt Reisessig verwenden viele beim würzen des Sushi Reises allerdings auch Sushinoki, das ist eine japanische Reisessig Pulvermischung, die dem Kochwasser beigefügt wird, meist reicht ein Teelöffel des Pulvers aus um eine Reismenge von 300 Gramm zu würzen, wie bei allen Gewürzen ist dies aber auch eine Frage des persönlichen Geschmacks.

Reisessig wird auch zur Entschlackung und Förderung des Leberstoffwechsels genutzt weil er Verdauungssäfte produziert mit deren Hilfe Fett im Körper abgebaut wird. Wer dieses natürliche japanische Hausmittel zum Abnehmen nutzen möchte, einfach täglich ein Glas Wasser mit einem Esslöffel Reisessig versetzt trinken.