

巻き寿司

網野町新庄 小石原静代

材 料

米..... 1升	かんぴょう..... 70g
酢液 {	しいたけ..... 50g
	ごぼう..... 2本
	がんぎ..... 1枚 (魚肉練り製品)
のり..... 14枚	ほうれんそう..... 1わ
卵..... 7個	にんじん..... 大 1本

作 り 方

かんぴょうとしいたけはぬるま湯で戻す。

ごはんを炊いて酢液を合わせ、よく冷ます。

具を準備する。

卵は厚さ1cmくらいに焼き、幅 1cmで長さのはのりに合わせて細長く切る。

かんぴょう ごぼうはのりの幅に切り、しいたけは薄切り、にんじんは細長く切り、薄味で煮ておく。

がんぎは5mm幅に切る。ほうれんそうはゆでて水を絞る。

巻きすに寿司御飯を広げ、具をのせて巻く。

メ モ

ごはんを炊くとき、水の1割を酒にすれば米につやが出る。
また、炊きはじめに昆布10cmを米の上にのせて、たくとおいしい。炊きあがったら昆布は捨てる。

賞味期間..... 2日間

地のりで巻くと特においしいです。

いる道具

炊飯器
すし桶
巻きす