

ひしもち風ちらし寿司 レシピ・作り方

とても簡単にできます！



<料理レシピ (材料：型2個分) >

- ご飯 米1合分
- すし酢 30ml
- さくらでんぶ 8g
- 青のり 2g
- (トッピング用)
- ・卵 1個
- ★ { ・砂糖 1.5g
- ・塩 少々
- ・サラダ油 適量
- ・ゆでむきえび お好みで
- ・絹さや(スナップえんどう) 4枚

※牛乳パックやジュースのパックをきれいに洗って乾かし、8センチ程度の長さの筒状に切って形を作っておく。

<作り方>



① 材料を用意する。



② ボウルに卵を溶き、★を加えて混ぜる。



③ サラダ油を熱したフライパンで火が通るまで炒め



④ 絹さやは茹でて、飾りやすい大きさに切っておく。



⑤ ご飯にすし酢を混ぜ、酢飯を3等分する。



⑥ 3等分した酢飯の1つ目は、青のりを混ぜる。



⑦ 2つ目はそのまま(白酢飯)、3つ目はさくらでんぶを混ぜる。



⑧ 型2個分なので、それぞれの酢飯を2等分する。



⑨ パックで作った型をひし形にして皿の上のにせる。



⑩ ⑥～⑧の3種の酢飯を青のりの酢飯、白酢飯、さくらでんぶの酢飯の順に、スプーンで押しながら詰めていく。

⑪ 型を外して、炒り卵、えび、絹さやをのせたら、ひしもち風ちらし寿司の出来上がり。