



かんたんレシピで気軽に作ろう!

「～ 桃の節句のお寿司 ～」

2000年2月放映分レシピ

三色寿司

材 料(4人分)

米... 2カップ
 水... 3カップ
 酒... 少々
 昆布... 5cm
 酢... 大5
 砂糖... 大2
 塩... 小2
 焼鮭フリーク... 1瓶
 にんじん... 100g
 砂糖... 少々
 塩... 少々
 干しいたけ... 6枚
 もどし汁... 1カップ
 砂糖... 大2
 しょうゆ... 大2
 青のり粉... 大1
 卵... 2個
 砂糖... 少々
 塩... 少々
 紅しょうが... 少々
 三つ葉... 少々

作 り 方

米は炊く30分前に洗っておき昆布を入れて炊く。
 干しいたけは戻して荒みじんに切り、調味料を加えて煮詰める。
 ボールに卵を割りほぐして調味し、錦糸卵を作る。
 にんじんは千切りにして砂糖・塩で煮る。
 寿司飯を合わせる。
 の寿司飯を3等分し、ひとつはそのまま、もうひとつは焼鮭フリークを、もうひとつに青のり粉を混ぜておく。
 ケーキ型にラップを敷き、そこに錦糸卵を敷き、焼鮭フリークの寿司飯、にんじん、白い寿司飯、しいたけ、青のり粉の寿司飯をきっちり詰める。ラップをきれいにたたみ込んで重しをしてしめ、切り分ける。上に、三つ葉と紅しょうがを桃の花型に抜いたものを飾る。

太巻き寿司(桃の花)

材 料(10人分)

すしめし・白... 250g
 すしめし・桃... 150g
 棒チーズ... 2本
 のり(全型)... 1枚
 のり(1/4枚)... 5枚
 野沢菜漬け... 5本

作 り 方

丸い形の良い花びらを5本作る。1/4枚ののりに桃色の寿司飯を約30g広げ、丸い細巻きを作る。細いものを巻くときは、両端の寿司飯がしっかりと入っている方が、形よく出来るので平均に寿司飯を広げる。
 巻きすを手の上に広げて、3本の細巻きを置き、中1本はやや低めに持ち、中央の凹みに棒チーズを入れ、残りの細巻きを置いて梅の花の形を作り、花びらの間に野沢菜漬けを入れて、巻きすごと輪ゴムで止める。
 全型ののりの上に寿司飯を約250g広げ、平らにならし、中央に予め作っておいた梅の花を置き、手早く両端を寄せ、残りの寿司飯を補いながら形を整える。