

おすすめレシピ

●こぎつねずし

かんぱつつか 乾物を使わないおすしなので とても簡単ですよ。

しゅん 旬のきゅうりでさっぱりした味です。



ざいりょう にんびん
材料 4人分

さい 材	りょう 料	めい 名	ぶん 分	りょう 量	き 切	かた 方	な ど	
こめ 米			2合					
すし 酢			酢：大さじ1と1/3	砂糖：大さじ2	塩：小さじ1			
油揚げ			80g		1cm角切り			
みず 水	80ml	さとう 砂糖	大さじ1と1/3	しょうゆ しょうゆ	小さじ2	に 煮	ておく	
たまご			2こ					
しお 塩	少々	さとう 砂糖	少々	サラダ油	少々	い たまご	で炒り卵にする	
きゅうり			1/2本		うすい半月切り	しお 塩	をしてしぼる	
ちりめんじゃこ			20g		ねっとう 熱湯	かけ、	さ 冷ます	
いりごま			小さじ1					
			<材料写真>					



1 すし酢の材料を電子レンジに20秒ほどかけてよく混ぜておく。

2 煮た油揚げ、炒り卵は冷ます。

3 ごはんが炊けたら、熱いうちにすし酢を混ぜ合わせる。

※うちわであおいで冷ますとぴかぴかのごはんになるよ。

4 3のすし飯に2ときゅうり・ちりめんじゃこ

いりごまを切るように混ぜ合わせてできあがり。

