

*** 雑ちらし寿司 *** **

<材料> 5人分

米 3合・・・昆布を入れて普通に炊く。

寿司酢=酢大さじ3・砂糖大さじ3・塩小さじ2/3

A { 炒り胡麻大さじ3・ちりめんじゃこ 15g・・・カリカリに炒める
スライスチーズ2枚・・・細かくちぎる
沢庵3cm長さ1本・・・微塵切り

B 甘塩鮭1切れ・・・焼いてほぐす

C { 青紫蘇1/2束・・・千切り
青のり粉小さじ1/2

卵2個・・・錦糸卵にする

いくら大さじ2

きゅうり1/2本・・・斜め細切り

ピンク生姜少々



<作り方>

1. ご飯を土鍋で炊き半切りに入れて寿司酢を回しかけ冷まし、3等分して1つにAを加えて混ぜる。
2. ①の1つにCを混ぜ、1つにはBを混ぜる。
3. ②を15cmのケースに青紫蘇のごはんを敷き、白いご飯・その上に鮭御飯を乗せて押さえこれを5等分する。
4. ③を器に盛ってトッピングに錦糸卵・きゅうり・いくらを飾りピンク生姜を添える。

*** ハマグリのお吸い物 *** **

<材料> 5人分

ハマグリ10個・・・殻をこすりあわせてきれいに洗う。

菜の花5本・・・適量(木の芽なら5枚)

A=昆布10cm長さ1枚+水4カップ

酒大さじ1~

薄口醤油少々

(ハマグリが大きいければアサリ使用)

<作り方>

1. 鍋にAを入れてしばらく置く。
2. ①にハマグリを入れて強火にかけ沸騰したら昆布を取り出し、口が開くまで中火にかける。
3. ②の口が開いたら酒と薄口醤油で味を整える。
4. 椀にハマグリを4個分殻をはずし、椀に身のついている殻を入れて片方の殻にはずした身を入れて汁を注ぎ菜の花(木の芽)を浮かす。

