

# 押し寿司

和歌山県の郷土料理「野いちごの葉の押し寿司」。今回は柿の葉で代用しました。

調理時間

13分

(休ませる  
時間は除く)

1人当り

371 kcal



東信水産のHPでもご覧いただけます。

<http://www.toshin.co.jp/>



## ●材料 (2人分)

- ・お好みの刺身盛り合わせ…2人前  
(まぐろ・いか・スモークサーモン・鯛)
- ・温かいごはん……………200g
- A
  - ・酢……………大さじ1と1/2
  - ・砂糖……………大さじ1/2
  - ・塩……………小さじ1/3
- ・大葉……………2枚
- ・柿の葉(あれば)……………適宜



## 【準備】

牛乳パックを洗ってから乾かし、側面を1面切り取る。テープを使って14cm長さの箱状にし、ラップを敷く。

## ●作り方

- ① ごはんに混ぜあわせたAをふりかけ、しゃもじで切るように混ぜ、すし飯を作る。
- ② 刺身は3.5cm角に切る。
- ③ 牛乳パックに柿の葉を敷き、すし飯を半量入れ、濡らしたスプーンで上からギュッと押さえる。
- ④ 大葉と、②で切り落とした刺身をのせ、残りのすし飯を入れ、再度スプーンで上からギュッと押さえる。
- ⑤ ④の上に、3.5cm角に切った刺身を並べ、ラップをして上から軽く押さえる。
- ⑥ 冷蔵庫で30分ほど休ませてから、食べやすい大きさに切る。



東信水産お魚かんたんレシピ

料理 渡部 和泉

お魚かんたんレシピTOPへ戻る