

紅白ちらし寿司

お手持ちの器でお試ください。飾り付けも自由に、楽しんでください。

調理時間

15分

1人当り

315kcal



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)

- ・刺身盛合せ 3人前
(ヒラメ、ぶり、まぐろ
サーモン、いくら、えびなど)
- ・飾り 適量
(穂じそ、柚子の皮、きゅうり
ラディッシュ、紅たてなど)
- ・あたたかいごはん 300g



A	酢	大さじ2
	砂糖	大さじ1
	塩	小さじ2/3

●作り方

- ① ご飯に混ぜた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 器にすし飯を入れ、ラップをのせ上からスプーンなどで押さえる。
- ③ 刺身は半分に切る。(大きい場合は3cm角を目安に切る。)
- ④ ラップをはずし、先端を濡らした木べらで縦横4等分に切れ目を入れる。
- ⑤ ②の刺身を、色合いを考えながら切れ目に合わせて並べる。好みで飾りをのせる。



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