

菜の花寿司



●材料〈4人分〉

米……………3合
 すし酢(市販品)……90ml
 甘塩鮭……………3切れ
 菜の花……………1束
 卵……………2個
 刻みのり……………適宜

●作り方

- 1 米を炊き、酢飯を作る。
- 2 鮭を焼き、冷めたら身をほぐす。
- 3 菜の花は、さっと茹でて冷水につける。かたく絞って1cm幅程度に切る。
- 4 ほぐした鮭の身と菜の花を酢飯に混ぜる。
- 5 錦糸卵を作る。
- 6 器に盛りつけ、錦糸卵と刻みのりをのせる。



ひとくちメモ!

孫たちはとても魚が好きです。菜の花のほろ苦さも気にせず残さず食べてくれます。春になると必ず作る一品です。5~6人は十分食べれます。