

にぎやか おすしプレート

いなりずし

いなりずし 12コぶん

あぶらあげ ... 6まい

すめし ... 2カップぶん

ちゅうみりょう

A (だしじょう ... 1カップ
きびざとう ... おおすし1
みりん ... 1/4カップ
しょうゆ ... おおすし2

B (だしじょう ... 1/2カップ
きびざとう ... おおすし2
しょうゆ ... おおすし1

2008. 9. 13



つくりかた

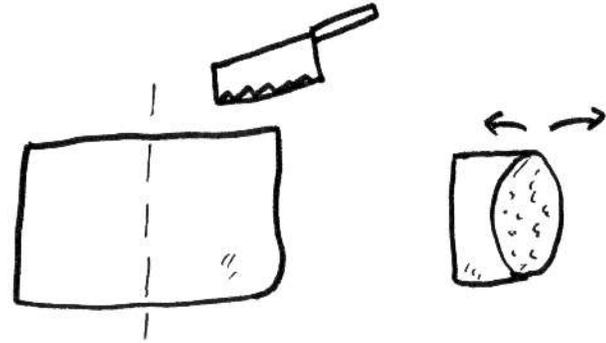
1. ちゅうみりょう、A、Bをそれぞれあわせておく
2. あぶらあげのあぶらぬきをする
3. 1:3 → さます
4. すめしをつめる

1. ちょうみりょう. A. Bを それぞれ. あわせる

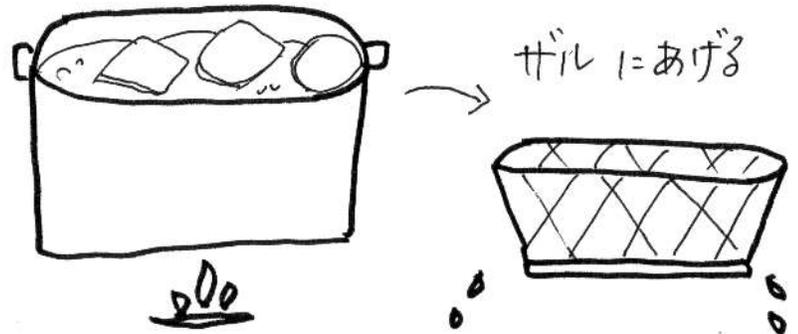


2. あぶらあげの あぶらぬきをする

はんぶんにして. しく



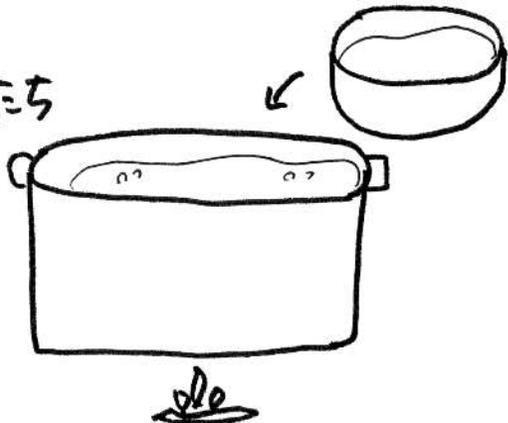
おゆで 3ぶん ゆでる



3. にる

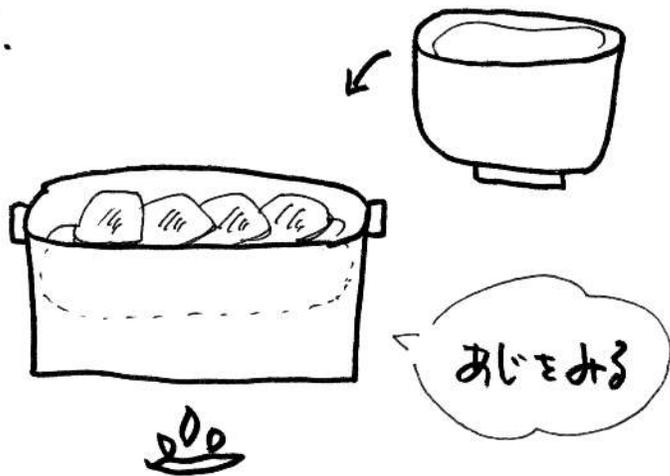
ひとにたち

Aのちほうみりょう



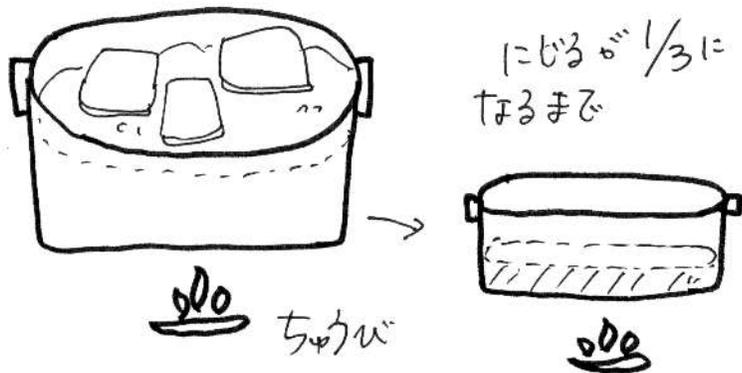
ついで.

Bのちほうみりょう



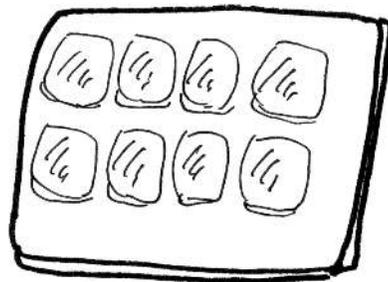
あぶらあげをいれる.

ひらげ
上.下をかぶす.



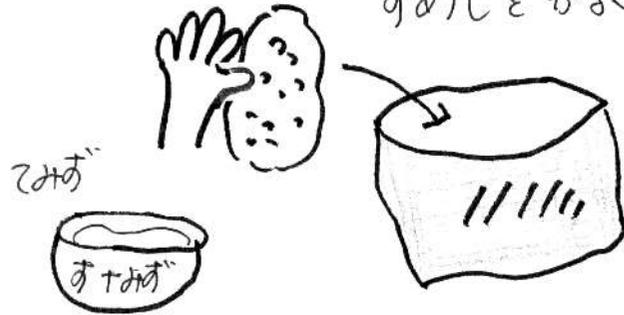
にるを なくなるまで. にる.

ハットやおたけに ひらげを. する

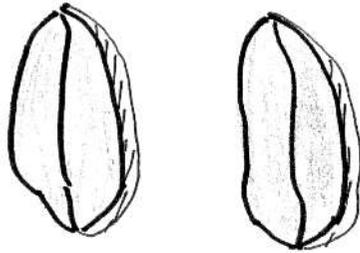


4. すめしをつめる

すめしをかきくにぎって、いれる

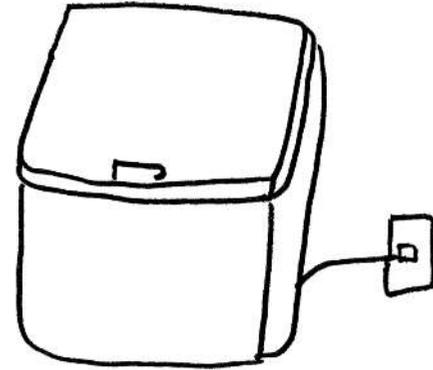


かたちをととのえ子。



※ すめし

ごはんをたいて。



あわせす"をませる"

