

△

トライアングルロール △

・ ながす ... 2ほん ひと 2コ

★ (・ 2いめんじゃん ... おおさい 2
 ・ ねぎ (みじんぎり) ... 1/2ほんぶん
 ・ しょうが (すりおろし) ... すし

・ ^{はる}春まきの^{かわ}皮

・ 水とき ^{みず}こむぎん

つくりかた:

1. ながすを切る

2. ★とながすをまぜあわせる

3. ^{はる}春まきの^{かわ}皮でつつむ

4. あげる

1. なすを切る

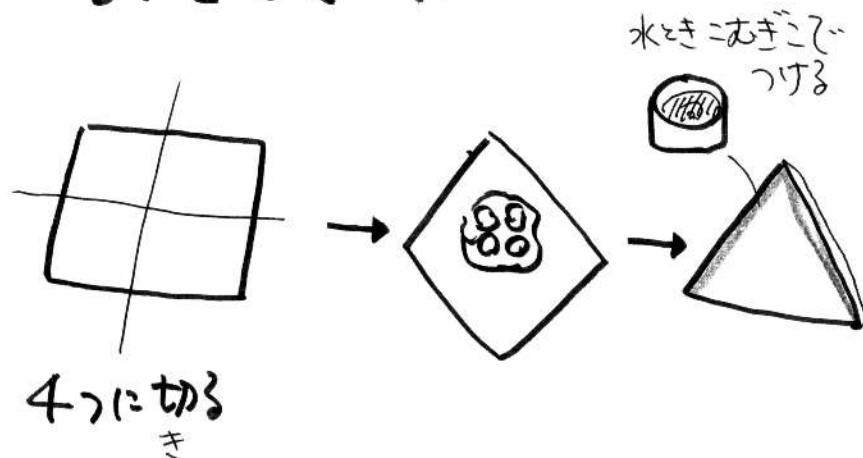
1cm角に.



2. ★となすをまぜ あわせる



3. 春まきの皮をひつむ



4. あげる (170℃)

