



おいしく・健康的に 食べよう
Kitchen Smile
OFFICIAL RECIPE SITE



Copyright (C) Kansai Super Market Ltd. All Rights Reserved.



ちょっとしたおもてなしやお祝いに 赤飯ロール(サーモンきゅうり)



サーモンきゅうり

錦糸卵いくら
※別レシピでご紹介中

ローストビーフ
※別レシピでご紹介中

一人あたりのエネルギー 397kcal	食塩相当量 4.0g	調理時間 約15分
------------------------	---------------	--------------

この表示値は目安です

■材料 (3人分)

赤飯 450g
きゅうり 1/3本
スモークサーモン 3枚
マヨネーズ 大さじ1

■作り方

- ① 赤飯を3等分にして、それぞれラップに包んで棒状に成形しラップを外す
- ② 外したラップの上にそれぞれピーラーでスライスしたきゅうりとサーモンを敷き、マヨネーズを塗り
- ③ ①を1本ずつ戻して巻き、棒状に成形する
- ⑤ お好みの大きさにカットして、皿に盛り付ける

cooking memo