



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 断面まで華やか巻き寿司



一人あたりのエネルギー 353kcal	食塩相当量 2.2g	調理時間 約30分
------------------------	---------------	--------------

この表示値は目安です

### ■材料 (2人分)

ライスペーパー……………4枚  
あたたかいご飯……………200g  
すし酢……………小さじ4  
ぎゅうり……………1/2本  
むぎえび……………8尾  
大葉……………4枚  
当社自慢の品  
極紅スモークサーモン 45g…… 1パック  
いくら……………大さじ2  
ブロッコリースプラウト……………適量

### ■作り方

- ①ぎゅうりはピーラーで縦にスライスする
- ②えびは茹でて冷まし、背中から包丁を入れ2枚のそぎ切りにする
- ③ご飯にすし酢を混ぜ、すし飯を作る
- ④まな板に濡らした布巾かッキングシートを敷く
- ⑤ライスペーパーは半分に切る
- ⑥パットに水を用意し⑤をさっとくぐらせ、まな板の上で切口を外側にして、⑤を4枚使用し正方形をつくるように重ね合わせる
- ⑦⑥の上にそれぞれの表面が下になるように手前から②を4つ並べ、次にスモークサーモンを2枚ずつ、次にえびを4つ、次にスモークサーモンを2枚並べる
- ⑧⑦の上に①を均等にのせ、その上に大葉を2枚重ならないように置く
- ⑨⑧の上に③を置き、手前から巻く
- ⑩⑨を4等分に切り断面を上にしていくらをのせ、ブロッコリースプラウトを飾る

cooking memo