

ケーキ寿司

ケーキのようなちらし寿司。お祝いの席にいかがでしょう。

調理時間

20分

1人当り

768kcal



東信水産のHPでもご覧いただけます。

<http://www.toshin.co.jp/>



●材料 (15cmの丸ケーキ型1台分)

- ・米……………1.5合
 - ・サーモン柵(刺身用)……………1柵
 - ・真鯛柵(刺身用)……………1柵
 - ・オリーブぶり柵(刺身用)……………1柵
 - ・卵……………2個
 - ・チャービル……………適宜
 - ・きゅうり……………1/2本
 - ・塩……………適宜
 - ・サラダ油……………小さじ1
- A
- ・オレンジジュース…1カップ
 - ・水……………1/4カップ



- B
- ・酢……………大さじ2
 - ・はちみつ……………大さじ1
 - ・塩……………小さじ2/3
- C
- ・薄口しょうゆ…大さじ1
 - ・塩……………少々

●作り方

- ① 米は洗ってからAを加え、普通に炊く。温かいうちにBを加え、よく混ぜる。
- ② 卵は塩少々を加えて溶きほぐし、油をひいたフライパンで炒り卵にする。きゅうりはスライスする。
- ③ サーモンは6枚を薄切りにし、端から丸めて小花に見立てる。残りのサーモンと真鯛とぶりは1cm角に切り、Cで和える。
- ④ ケーキ型を水でサッとぬらす。すし飯の半量、きゅうりと③の角切りにした刺身の各2/3量、のこりのすし飯、炒り卵を順に入れる。型からはずして皿に移す。
- ⑤ 小花に見立てたサーモンを端に飾る。真ん中に、残りのきゅうりと角切りにした刺身を盛る。
- ⑥ チェービルを中央に飾る。切り分けて好みでしょうゆ(分量外)をかけていただく。



東信水産お魚かんたんレシピ

料理 渡部 和泉

お魚かんたんレシピTOPへ戻る