

# 田舎寿司（みょうが・りゅうきゅう）

すし飯 <材料> (米5合分)

すし飯	合わせ酢		
米 5合	米酢 70cc	煎りごま 20g	
だし昆布 5cm	柚子酢 30cc	生姜 40g	
酒 大さじ2	塩 15g	焼魚(鯖) 1/2本	
	砂糖 90g		



<すし飯の作り方>

- ① 米に分量の水と酒、昆布を入れて炊く
- ② 合わせ酢を合わせておく
- ③ 魚は焼いてほぐし、合わせ酢を合わせておく
- ④ 生姜はみじん切りにして、③に入れる
- ⑤ ごまは焦がさないように煎る
- ⑥ すし飯が炊けたら寿司桶に移し、熱いうちに合わせ酢と合わせる
- ⑦ 切るように混ぜ合わせ、最後にごまを散らす

みょうが寿司 (みょうが5個分)

<材料>

みょうが 5個

酢 大さじ2 } 甘酢

砂糖 大さじ2 }

塩 少々

- ① みょうがは縦2つに切り元に切り目を入れ熱湯でさっとゆでる
- ② ざるにあげ塩を軽くふり、甘酢に漬けるしばらくすると美しい紅色になります。
- ③ すし飯をにぎり、みょうがをのせる

りゅうきゅう寿司 (りゅうきゅう20cm1本分)

<材料>

りゅうきゅう 1本

酢 大さじ3 } 甘酢

砂糖 大さじ3 }

- ① りゅうきゅうの皮をはぎ、巻きすの長さに切り縦2つに切り塩をふる
- ② しんなりしてきたらさっと洗ひすりこぎで押し当てのばす
- ③ 甘酢に漬ける
- ④ 巻きすの上はりゅうきゅうをのせ、その上にすし飯を棒状に置き、巻きすで長方形の押し寿司にし、好みの大きさに切る