

田舎寿司（しいたけ・こんにゃく）

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



しいたけ寿司 （しいたけ小 10個分）

<材料>

しいたけ 小 10個
だし汁 100cc
砂糖 大さじ1
醤油 小さじ2

- ① しいたけは柄を取り表面に十文字の切れ目を入れる
- ② しいたけをだし汁・調味料と煮る
- ③ すし飯をにぎり、しいたけをのせる

こんにゃく寿司 （板こんにゃく 1枚分）

<材料>

板こんにゃく 1枚
だし汁 100cc
砂糖 大さじ2
醤油 大さじ2
みりん 大さじ1

- ① こんにゃくはゆでて3等分にしさらに半分に切る
- ② すし飯を詰めるところに切れ込みを入れる
- ③ だし汁・調味料で煮る
- ④ 煮たこんにゃくにすし飯をいなり寿司のように詰める