



## めでたい たいにぎり

主食

主菜

493kcal 塩分2.3g

### 【材料(2人分)】

- 鯛のさく…150g
- 塩…適宜
- 酒…適宜
- だし昆布…適宜
- 酢…適宜
- ご飯…300g程度
- すし酢…大さじ2
- ごま…小さじ2
- しょうが…2かけ
- 卵…2個
- 油…少々
- 紅しょうが…少々
- 大葉…少々

### 【作り方】

- ①鯛のさくに塩、酒をふりしばらくおく。水分をふきとり、だし昆布を鯛の上下におき酢でしめる。
- ②しょうがはみじん切りにする。
- ③ご飯にごま、しょうが、すし酢を入れて混ぜる。
- ④卵は薄く焼いて錦糸卵にする。
- ⑤①の鯛を薄く切る(10枚程度)。
- ⑥③の酢飯を10個程度ににぎる。⑤の鯛をのせ、にぎり寿司にする。
- ⑦器に錦糸卵をしき、にぎり寿司をのせ、紅しょうがや大葉で彩りを添える。

