

鯖寿司

材料) 5-6切れほど

ご飯 茶碗1膳分強 200gほど ※

A=米酢・砂糖各小さじ1、塩小さじ1/3

塩鯖 肩身1枚

米酢 100ccほど

白板昆布 1枚

B=お酢大さじ1/2、砂糖小さじ1、塩ひとつまみ

作り方)

1、寿司飯を作る。Aを大きめの容器に入れてよく混ぜる。炊きたてのご飯一膳分強※を入れ、しゃもじでまんべんなく混ぜ合わせ、山高に盛り上げて蒸らすように冷ます。

2、塩鯖をペーパータオルで包み、酢をかけて10分ほど置く。キッチンペーパーから取り出し、薄皮をめくり、厚みを平らにして長方形の形にする。中骨と小骨がある場合は、包丁で中骨をとり、小骨を抜いてから薄皮を剥いてください。

3、Bをボウルに入れて混ぜ、砂糖が溶けたら白板昆布を入れて漬けておく。

4、水で濡らして硬く絞ったさらしをまな板の上に広げ、手前に2を皮を下にして置く。鮓飯をよくこねてまとめ、鯖の身の上に置き、手前のさらしで包んでよく締め、巻きすで整え、鯖の表面に飾り包丁を入れて3を貼り、一口大に切る。もし、鯖の身がすし飯から傾いていたりして形を整え直したい場合は、再度さらし覆って巻きすで上から整えるとうまくいく。

※炊き立てでない場合は電子レンジや蒸し器で湯気が立つほどに温めてからお使いください。

