

## はも皮と錦糸卵の押し寿司

材料) 2つ分

### すし飯

白米 2合 315g

お昆布 5g

A=お酢大さじ3、砂糖大さじ3 (30g)、塩大さじ1 (10g)

※動画ではお砂糖は茶色い甜菜糖を使いましたが、上白糖でも構いません。

はも皮 30g



### 錦糸卵

卵 2個

片栗粉 小さじ 1/2

水 適量 (片栗粉と同量)

塩 ひとつまみ

サラダ油 適量

### 椎茸甘煮

干し椎茸スライス 8g (あらかじめ水 100cc と合わせて鍋に入れ、戻しておく)

濃口醤油、砂糖 各 小さじ 1

しそ 4枚

### 作り方)

1. 干し椎茸の甘煮を作る。干し椎茸の水気をぎゅっと絞って汁気は鍋に取り置き、包丁で細かく刻んで鍋に戻す。砂糖を入れて火にかけ、沸騰したら火を弱め、濃口醤油を注いで煮詰まるまで煮て、火を止め、冷ます。
2. 鱧皮刻む。
3. A を合わせて混ぜ合わせる。
4. 土鍋や炊飯器に白米、お昆布、水を張り、ご飯を炊く。※炊けたらすぐに飯台に移し、A をすぐに注いで手早く混ぜ、途中、1 と鱧皮を入れて満遍なく混ぜる。
5. 錦糸卵を作る。ボウルに片栗粉、水、塩を入れてよく混ぜ、卵を割り入れ、よくほぐすように混ぜる。卵焼き器にサラダ油を注いで熱し、卵液を適量注いで薄焼き卵を作る。まな板に移し、冷めたら細かく千切りにする。
6. 型を濡らし、ラップを敷いて4の半量を入れて平らにならす。しそを2枚敷き、5の半量を敷き詰めて上からぎゅっと力を入れて押し、型を外す。ラップごと包んで冷蔵庫で軽く冷やす。
7. 好みの大きさに切り、お皿に盛る。  
※動画の炊き時間はあくまでも参考に。土鍋の厚さや大きさなどによって加熱時間はまちまちです。ご自身で炊かれている火加減、時間を目安に同じように炊いてください。