

押し寿司

角寿司と呼ばれることもあり、四角い木型に酢飯と具を詰めて作ります。広島市安佐北区周辺や芸北地域で食べられている郷土料理です。祭事や来客のもてなし料理として食べられることが多いです。

<12人分>

米	3合	固めに炊く	① ご飯とすし酢をあわせる。 ② 薄焼き卵を四角に切る。 ③ 味付けしたしいたけを飾り用にスライスする。 ④ 型用のラップを敷いた牛乳パックに酢飯をつめ、上から押し、形を整える。上に卵、しいたけ、桜でんぶ、山椒を載せて上から押して落ち着かせる。
すし酢	100ml		
卵	1個と1/2	少し厚みのある薄焼き卵にする	
砂糖	大さじ1		
塩	1つまみ		
油	小さじ1/2		
干しいたけ	12g	氷水で戻して煮る	
砂糖	小さじ2		
しょうゆ	小さじ2		
桜でんぶ	適量		
山椒の芽	適量		
(備品)			★しいたけの戻しかた★ 前日から水につけて冷蔵庫で冷やしますが、急ぐ場合は氷水で戻すかぬるま湯で戻します。
牛乳パック	1Lのパックを1/4にしたもの		

広島の郷土料理ではすし飯(白飯)だけで作る伝統ですが、すし飯の間に味付けした具材をはさんだりしてアレンジしても美味しくいただけます☆



【栄養価】 1個分

エネルギー 93kcal

塩分 0.7g

