

かたつむり(のり巻き)

材 料	全形1本分	ハーフ1本分
すし飯 白	320g	160g
ピンク	80g	40g
のり 全形【外側】	1枚	ハーフ1枚
3/4【殻】	1枚	ハーフ1枚
3/5【目】	1枚	ハーフ1枚
1/2【胴】	1枚	ハーフ1枚
1/4【殻】	1枚	ハーフ1枚
煮かんぴょう	18cm4本	9cm4本
山ごぼう(細め)【目】	18cm2本	9cm2本
切れているチーズ (または、プロセスチーズを 5mm幅に切ったもの)	4枚	2枚



〈のりの切り方〉



【作り方】1本分

①【殻】

巻きすの上に3/4ののりを置き、ピンク飯をのりの向こう端を少し残して広げる。

その上にかんぴょう4本を間隔をあけて並べる。手前からひと巻きしたところに1/4ののりをのせ、うすまきを作る。

②【胴】

チーズを横長に並べ、1/2ののりできぐるむ。

③巻きすの上に全形ののりを置き、半分弱の白すし飯を手前と向こう2cmずつ残し広げる。

④【目】

横中央に菜ばしをおき、手前に50g(ハーフ25g)程度(ふた飯)を取った残りの白すし飯で山を2筋作る。

折り目をつけた3/5ののりを山にかぶせ、手前と谷に山ごぼうを入れる。

手前の山ごぼうは、のりの端で少し巻いておく。

⑤うす巻きのまき終わりが上にくるように山に沿わせて置き、巻きすを立位置に持ち替えて【胴】をのせ、残りの白すし飯を補いながら巻き込む。(山は、うす巻き側にたおすようにする。)

