

作品名

感謝の手鞠寿司



学校名：：私立武蔵野東高等専修学校

学年：3年

イニシャル：M・H

**PR文（感謝の気持ち）**

僕はお母さんとよくお花を見に行きます。お母さんがお花が好きなので、一緒に観に行っただけのお花を手鞠寿司で作りました。工夫したところは紫陽花のお花の手鞠寿司で、美容効果のあるバタフライピーで色をつけて、紫陽花のような青紫色にして、立体感が出るようにしました。

**調理時間（調理時間は2名分を作る時の調理時間）：**

90分

**材料と分量:**

- ①寿司めし  
ご飯360g 米酢大さじ2 (30ml)  
砂糖大さじ1と1/2 塩小さじ1/2弱
- ②きゅうりいくら、ラディッシュいくら手鞠寿司  
きゅうりスライス5枚、ラディッシュスライス5枚  
いくら小さじ1  
塩ひとつまみ
- ③ひまわり手鞠寿司と卵手鞠寿司  
薄焼き卵 (卵... 1/2個、砂糖... 小さじ1/2、塩... ひとつまみ  
水... 小さじ1、片栗粉... 小さじ1/3)  
ハム1/2枚
- ④紫陽花手鞠  
かまぼこ20g  
バタフライピーティーバック1
- ⑤サーモン手鞠寿司  
薄焼き卵、スモークサーモン3枚、ネギ少し  
いくら一粒
- ⑥生ハム手鞠寿司  
生ハム2枚、スライスチーズ1/4枚  
いくら一粒
- ⑦ローストビーフ手鞠寿司  
ローストビーフ4枚、刻みゆず少々
- ⑧桜でんぶ手鞠寿司  
桜でんぶ大さじ1  
かまぼこ10グラム  
きゅうりスライス2枚
- ⑨きゅうりのつけもの  
きゅうり1/2本  
塩昆布ひとつまみ  
ごま油小さじ1  
唐辛子少々
- ⑩花のお吸い物  
水 400ml  
白だし 大さじ2  
花麩 6個  
三つ葉 2本  
ゆず皮 少々

**作り方:**

- ① 寿司めし  
1. 調味料を混ぜる  
米酢・砂糖・塩を完全に溶かす  
2. 温かいご飯360gに回しかけ  
3. 切るように混ぜてうちわで冷ます
- ② きゅうり・ラディッシュいくら  
1. きゅうり＆ラディッシュを薄切り  
2. 塩ひとつまみ振って5分置き、水気を拭く  
3. 寿司めしを丸め、スライスを巻いて  
4. 上にいくらをのせる
- ③ ひまわり＆卵手鞠  
薄焼き卵  
1. 水＋片栗粉を溶く  
2. 卵・砂糖・塩を入れて混ぜる  
3. 油を薄くひいたフライパンで極薄に焼く  
・卵を花型と丸型の大小に抜く  
・ハムは丸と花形に抜いて中央に  
寿司めしを丸めて抜いた卵とハムを上に乗せる
- ④ 紫陽花  
1. バタフライピーを濃く煮出す  
2. かまぼこを薄く切り花型に抜いてバタフライピーに浸す  
3. 丸めた酢飯にのせる
- ⑤ サーモン  
1. 丸めた酢飯にサーモンを巻く  
2. 花型に抜いた薄焼き卵とネギ・いくらをのせる
- ⑥ 生ハム  
1. 丸めた酢飯に生ハムを巻く  
3. スライスチーズを花型に抜き、いくらをのせる
- ⑦ ローストビーフ  
1. 丸めた酢飯にローストビーフを巻く  
2. 刻みゆずをのせる
- ⑧ 桜でんぶ  
1. 丸めた酢飯にでんぶをまぶす  
2. 花型のかまぼこ＆きゅうりをのせる
- ⑨ きゅうりのつけもの  
1. きゅうりを輪切り  
2. 塩昆布・ごま油・唐辛子を和える  
3. 10分置く
- ⑩ 花のお吸い物  
1. 水400mlを温める  
2. 白だしを入れ沸騰させない  
3. 花麩を入れてすぐ火止め  
4. 椀に注ぎ、三つ葉とゆずをのせる