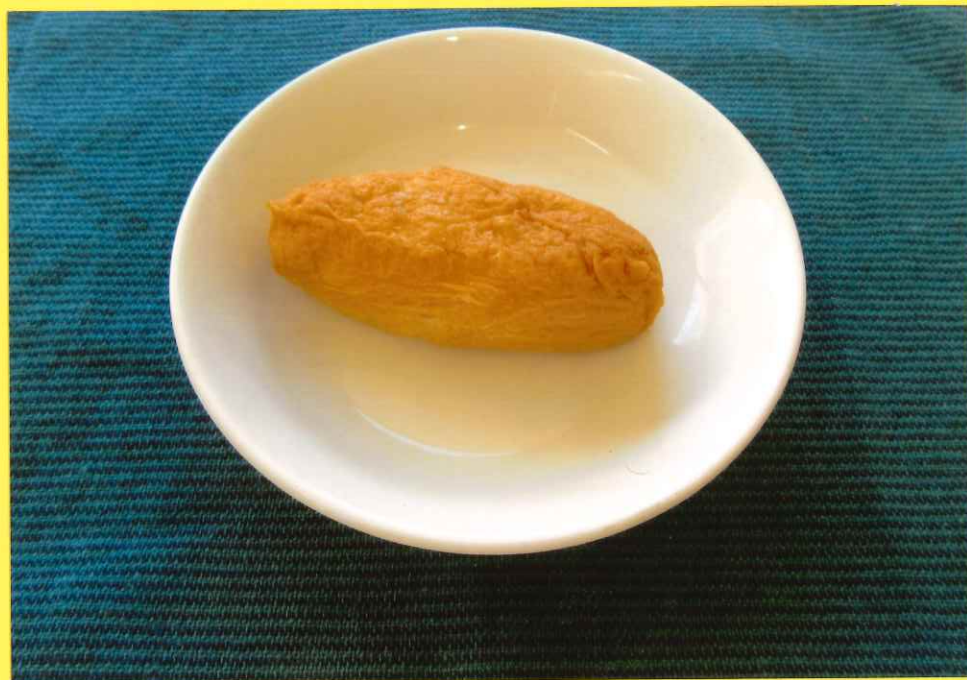


あいぼりー保育園

おいなりさん



材料（3歳以上児4人分）

ごはん…120g

○ 酢…大さじ1/2
上白糖…大さじ1/2
塩…少々

すし揚げ…4枚

▲ 三温糖…大さじ1/2
濃口醤油…大さじ1/2
みりん…大さじ1/2
だし汁（または水）…50ml

作り方

- ① ○をボウルに入れ、よく混ぜ合わせ、温かいご飯に回し入れ、切るように混ぜ合わせる。
- ② すし揚げは縦半分に切り、熱湯をかけ油抜きをする。
- ③ 鍋に②、▲を入れ、火にかける。落とし蓋をし、15分ほど煮て、火からおろし、そのまま冷まして煮含める。
- ④ ③を袋状に開き、①の酢飯を4等分し、軽く握り、詰め、口の部分を内側におれば出来上がり。