

ユズノ葉の杜保育園 上荒田



お魚手巻き寿司



【材料】 子ども1人分

すし飯	適量
ぶりの切り身(棒状)	20g × 2枚
生姜汁	少々
濃口醤油	3g
料理酒	1g
みりん	1g
砂糖	1g
・胡瓜	8
・かに風味かまぼこ	1本
卵	10
砂糖	0.15
薄口醤油	0.25
だしの素	少々
油	適量
・レタス	3
・手巻き海苔	2枚
・一食マヨネーズ	1個

調味料に漬け込み、
照り焼きにする

棒状に切って、茹でておく

厚焼き卵を作り
棒状に切る

【作り方】

- ① すし飯を準備する
- ② 中に巻く、具材を準備する
- ③ 手巻き海苔の上にすし飯・好きな具材を乗せ、手巻き寿司の要領で巻いて出来上がり♥

※お魚が苦手な子どもも喜んで食べてくれます！