

# かにちらし寿司



材料 < 4人分 >

\* すし飯

- 米・・・2合
- 酢・・・ $\frac{1}{2}$ カップ
- 昆布・・・3cm角1枚
- 石臼米糖・・・大さじ3
- 塩・・・小さじ1、 $\frac{1}{2}$

- 卵・・・2個
- かに肉(ゆでたもの)・・・100g
- きぬさや・・・6枚
- しょうがの甘酢漬け・・・15g
- いり白ごま・・・大さじ2
- 塩・・・少々
- サラダ油・・・1杯

彩りも華やかで  
とても美味しかったです。  
梨田

作り方

- ① すし飯を作る。米は洗って炊飯器の内釜に入れ、酢、昆布を加え2合の目盛まで水を加える。30分ほど水に浸け、石臼米糖、塩を加えて炊く。
- ② 炊き上がった①は、よく混ぜて冷ましておく。
- ③ 卵をよく溶きほぐし、塩で味を整えてサラダ油を熱したフライパンで糸がはいり卵を作る。かに肉は粗く身をほぐす。きぬさやはゆでて糸を切りにする。しょうがの甘酢漬けはみじん切りにする。
- ④ ②の冷ましたすし飯に、③のしょうがと、いり白ごまを加えてよく混ぜ、器に盛る。上に③のいり卵、かに肉、きぬさやをのせる。