

## バラの花の巻き寿司

### 材料（1 本分）

すし飯・・・・・・・・・・250g

焼き海苔・・・・・・・・1と1/2枚

卵・・・・・・・・・・2個

塩・・・・・・・・・・少々

サラダ油・・・・・・・・少々

鮭フレーク・・・・・・・・20g（スモークサーモンを使う場合もある。）

ほうれん草・・・・・・・・3～4本（さやいんげんでもよい。）

### 作り方

準備 ① すし飯を、用意する。

② のりは、縦に使う。1/2枚を、1/3枚と1/6枚に切っておく。

③ ほうれん草はゆでて、根の部分を切り落とす。

④ 卵は塩を加えて、薄焼き卵を2枚作る。

巻き方 ① 薄焼き卵に鮭フレークの半量をばらばらと置き、手前からクルクルと巻く。

② 2枚目の薄焼き卵に、残りの鮭フレークをばらばらと置き、①の巻いた卵を芯に巻く。

③ 巻きすの上に、のりを縦に置く。

④ すし飯の200gを、のり全体に広げる。

のりの上と下の1.5～2cmには、すし飯を広げない。

⑤ のりの真ん中から、手前に2本、向こう側に1本、菜箸でくぼみをつける。

⑥ 箸でくぼみをつけた2本のところに、1/3枚ののりを置き、1本のところに、1/6枚ののりを置く。

⑦ のりを置いた上に、ほうれん草を置く。

⑧ 開いている真ん中に、⑥のバラの花を置き、巻きすを縦に持ち替えて、左右から合わせるようにする。

⑨ 卵のバラの花が見えているところに、残りの50gのすし飯で隠し、両端を巻きすで閉じる。

