

マアジの笹巻き鮓

～マアジ料理～

(約8人分)



■材料

マアジ (小さいもの)	16尾	・・・三枚におろす
米	5合	(こぶ10センチ角を入れ850ccの水と日本酒大さじ2で硬めに炊く)
すし酢	米酢	120ml
	砂糖	大さじ4
	塩	小さじ2
大葉	20枚	・・・荒みじん
生姜	30g	・・・細かいみじん切り
白炒りゴマ	大さじ4	
笹の葉	32枚	

■作り方

- ① すし飯を作り、荒熱がとれたら、大葉・生姜・白炒りゴマをまぜておく
- ② 鮓は三枚におろし、塩をたっぷり振り30分ほど置く
- ③ 30分ほどたったらさっと洗い水気をしっかり取り、中骨を抜く
- ④ バットに重ならないように並べ、ひたひたの酢に30分ほど漬ける
- ⑤ 鮓の皮をはぎ(頭の方からむくとよい)そぎ切りにする
- ⑥ 手毬寿司の要領で①のすし飯でにぎり、笹の葉に包む