

ROSEN'S RECIPE
ローゼンおすすめメニュー

キュートな見た目がひなまつりシーズンにぴったり!

サーモンとれんこんの華やかずし

調理時間

20分

1人分

420kcal



※写真はイメージです。

春の旬食材



れんこん

+

使ったのはコレ!



ミツカン
すし酢



つくり方動画を
配信中!

《レシピ考案》
Goo Goo Foo
フードクリエイター
堀池 美由紀



サーモンとれんこんの華やかずし

材料/2人分

れんこん……………1節(120g)
サーモン……………1さく(70g)
スナップえんどう……………3個
米……………1合
黒米……………大さじ1/2
水(炊飯用)
……………炊飯目盛り1合と大さじ1/2
水……………1/2カップ
ミツカン すし酢……………大さじ5
桜でんぶ……………大さじ1
いりごま……………お好みで

作り方

- ①皮をむいたれんこんを3cm幅に切る。お好みで飾り切りにし5mm幅5枚に切る。残りは薄くいちょう切りにし、酢水(分量外)にさらし水気をきる。サーモンは1cm角に切る。スナップえんどうはさっと茹でる。研いだ米に黒米と水(炊飯用)、いちょう切りのれんこんを加えて炊飯する。
- ②耐熱ボウルに①の5mm幅のれんこん、水、「ミツカン すし酢」大さじ3を加える。ふわりとラップをし600W電子レンジで2分半加熱し、粗熱が冷めたら汁気をきる。①の炊けたごはん「ミツカン すし酢」大さじ2を加えて混ぜる。
- ③皿に②の酢飯を盛り、表面に②のれんこん、①のサーモン、スナップえんどう、桜でんぶ、いりごまを散らして完成。