

うなぎの蒸し寿司丼

材料 (4人分)

| | |
|------------|-------------|
| 米 | 1.5合 |
| 昆布 | 1枚(8cm角ぐらい) |
| A | |
| └ 酢 | 40cc |
| └ 砂糖 | 大さじ1/2 |
| └ 塩 | 小さじ1/2 |
| うなぎの蒲焼(市販) | 1尾 |
| みょうが | 2個 |
| 錦糸卵 | 適量 |
| 山椒の粉 | 適量 |



作り方

1. 昆布を300ccの水に30分ぐらい漬け、昆布水を作る。
2. 米を洗い炊飯器に入れ、昆布水を炊飯器の目盛りまで注ぎ水加減がたりなければ水をたして炊く。
3. みょうがは、縦半分に切り、斜め薄切りにする。
うなぎは1.5×2cm角ぐらいの食べやすいサイズに切りたれをからめておく。
4. Aを合わせる。
5. 錦糸卵を作る。
6. 炊き上がったごはんをボウルに移しAを少しづつ振りかけ、しゃもじで切るように混ぜ、うちわで扇いで冷ます。
7. すし飯にみょうがを加え混ぜ合わせ、うなぎを散らして、茶碗に盛る。
8. 蒸気の上がった蒸し器で7~8分蒸す。
蒸しあがったら、錦糸卵をのせ山椒の粉をふる。

作業時間 30分(炊く時間を除く)
主な調理器具 ボウル、炊飯器