

華やかケーキ寿司

<材料> 直径15cmケーキ型 1台分

	米	2合
A	水	400cc
	酒	大さじ1
	昆布	5cm分

B	じゃがいも	100g
	だし汁	大さじ1~
	塩	少々

B	卵	2個
	酒	小さじ2
	砂糖	小さじ4
	塩	ひとつまみ

	えび	2尾
	酒	大さじ1
	きゅうり	1本
	絹さや	2~3枚
	菜の花	1/2束
	塩	少々
	しょうゆ	小さじ1/2
	いくら	小さじ2
	スモークサーモン	2枚

●五目ちらしの具の材料●

C	にんじん	40g
	しいたけ	1個
	たけのこ	50g
	れんこん	50g
	油揚げ	1/2枚
	しょうゆ	大さじ1
	三温糖	大さじ3
	みりん	大さじ1
	酒	大さじ1
	塩	小さじ2/3
	だし汁	100cc
	米酢	40cc

<作り方>

1. 米を研ぎ、炊飯鍋に入れ、Aを加え、30分以上浸水させて炊く。
ケーキ型の内側全体にラップを敷いておく。

2. 五目ちらしの具を作る

にんじんは皮をむき、太めの千切りにする。

しいたけは石づきを取り、軸と笠にわけ、それぞれ薄切りにする。

たけのこは小さめのいちょう切りにする。

れんこんは皮をむき、小さめのいちょう切りにする。

油揚げは熱湯を回しかけ油抜きをし、長さを半分にし、太めの千切りにする。

Cを鍋に入れ、沸騰したら蓋をして柔らかくなるまで(7分くらい)煮る。

蓋を取り、汁気がほぼなくなるまで煮る。火を止め、米酢を加え混ぜる。

3. マッシュポテトを作る

じゃがいもは皮をむき、一口大に切って水から茹でる。
竹串がスーッと通るくらいになったらザルにあげ、裏ごしする。
塩とだしを加え伸ばす。絞り出し袋に入れる。

4. 炒り卵を作る

鍋に卵を割り、Bを加えて混ぜる。
火にかけ、菜箸4本くらいでよく混ぜながら加熱する。

5. 蒸しえびを作る

えびは背ワタを取ってよく洗う。
鍋にえびと酒を入れて蓋をし、火にかけ、2分ほど加熱する。
冷めるまでそのまま置き、冷めたら殻をむき、半分～1/4に切る。

6. その他具材を準備する

きゅうりはヘタを除き、ピーラーで薄く削ぐ。
絹さやは筋を取って塩茹でし、斜めに半分に切る。
菜の花は茎・葉・花蕾にわけてそれぞれ茹でる。
茎と葉は水に取ってギュッと絞り、1cm幅に切り、しょうゆをまぶす。
スモークサーモンは幅が広い場合は横に半分に切り、くるくる巻く。

7. 炊き上がったご飯を大きめのボウルに入れ、五目ちらしの具を加えて切るように混ぜる。全体が混ざったらうちわであおぎながらさらに混ぜる。

8. 組み立てる

ケーキ型に炒り卵を入れる。全体にちりばめるように。
五目ちらしを半分の高さまで加え入れる。しっかり押すようにすると良い。
菜の花の茎と葉を全体に散らす。側面に触れる部分は特にきちんと散らす。
五目ちらしを型の高さまで入れ、しっかり押す。
皿を上へのせ、ひっくり返す。
写真を参考にきれいに盛りつける。

