

昆布入りいなり寿司



材料

〈昆布の佃煮〉

日高昆布（戻したもの）	30 g
濃口醤油	20 g
味醂	10 g
酒	10 g
砂糖	15 g
酢	2 g

〈いなり皮〉

油揚げ	8枚
一番だし	600 g
味醂	90 g
薄口醤油	110 g
砂糖	10 g

すし飯	560 g
白ごま	5 g

作り方

- 1 昆布を2.5cm長さに千切りする。(乾燥の場合は水につけて戻す。戻し汁は出汁として料理に使用してください。)
- 2 酢水で柔らかくなるまで下茹でし、水さらしする。
- 3 鍋に調味料とともにいれ、煮詰めるようにゆっくり弱火で炊く。
- 4 油揚げを沸騰した湯にくぐらせ、その後、水分を綺麗な布巾で挟んで絞る。
- 5 揚げの表面を箸を転がすようにして押さえる。その後、2つに切り中を開く。
- 6 煮汁に合わせ、油揚げを炊く。そして冷ます。
- 7 油揚げをザルにあげて煮汁を軽く切る。
- 8 すし飯、昆布の佃煮、白ごまを混ぜ合わせる。
- 9 油揚げにすし飯を35g詰める。
- 10 1人前4貫盛り付ける。