

かたつむり（のり巻き）



子供にも喜ばれるかたつむりは、初心者でもきれいに巻ける太巻きです「すだれ使いの初歩はうずまきから」と言われ、巻きすの扱い方さえ覚えれば、とても簡単に作ることができます。

< 作り方 >



①巻きすの上のにり 3/4 枚を置き、桃色のすしめしを平らに広げ、この上にかんぴょうを適当に並べる。



②手前からひと折りし、ここに 1/4 枚ののりを挟み、しっかりとすだれ巻きを作る。これでかたつむりの殻ができあがる。



③巻きすに全型のにり 1 枚をタテ長に置き、すし飯 150g を均等に置く。ヨコ中央に菜箸でしるしをつけ、箸の手前に 2 本の山を作る。山のすしめしは 1 本が約 60g 程度のもの。



④この山の上に 3/4 枚ののりを被せ、谷と手前の山裾に山ごぼうを各 1 本ずつはめ込む。これがかたつむりの目になるので、太さの揃ったものの方がよい。



④予め作っておいたうず巻きの巻き終わりを、下から上に向けて山の向こうに置き、巻きすごとタテ位置に持ち替えて左右両端を合わせ、合わせ目に残りのすし飯を補いながら巻きこんでしめる。

< 材料 >

すし飯（白）：300g
すし飯（桃）：125g
のり（全形）：1 枚
のり（3/4）：2 枚
のり（1/4）：1 枚
かんぴょう：4 本
山ごぼう：：
2 本（みそ漬け）

< 調理メモ >

うず巻きの中身は、かんぴょうに限らず、卵焼きの端やいんげん、でんぶ、山ごぼうなど、あり合わせで作るとかえってモザイク風の美しいものができる。また、卵焼きを巻いてつくったかたつむりは、子供のお弁当にも喜ばれる。