

# ワラサの棒寿司

庄内浜文化伝道師 齊藤高弘

## <材料>

[4人分]

- ・ 米 (すし飯用) 3合
- ・ がり (生姜甘漬け) お好みで
- ・ 人参 1/3 本
- ・ しいたけ 4個
- ・ 出汁汁 400cc
- ・ 薄口醤油 (かやく用) 40cc
- ・ 酒 (かやく用) 40cc
- ・ 砂糖 (かやく用) 少々
- ・ 寿司酢 (市販) 60cc

## <作業手順>

### ① 【すし飯用かやくを作る】

- ・ 人参、しいたけ をみじん切りにし、鍋に入れる。
- ・ 出汁、薄口醤油、酒、砂糖を入れ、煮る。
- ・ 煮上がったら、キッチンペーパーを敷いたザルに入れ、煮汁を切る。

### ② 【かやく入りすし飯を作る】

- ・ 炊き上がったご飯にすし酢を合わせる。
- ・ ①と刻んだ「がり」を混ぜ込む。

### ③ 【すし飯を巻く】

- ・ 「巻きす」にラップを敷き、②のかやく入り酢飯を置き、棒状に巻きながら形を整える。

### ④ 【仕上げ】

- ・ 「巻きす」を開き ワラサの切身を並べる。
- ・ もう一度「巻きす」で巻き絞り込む。

### ⑤ 【盛り付け】

- ・ ④を2cm程度の厚さで切り、お皿に並べる。 **『完成』**