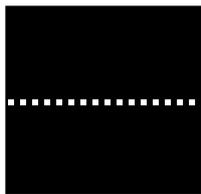


# 「梨の妖精 ふなっしー」の巻き寿司レシピ☆ ~小バージョン~

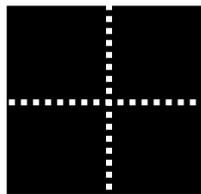
## ●材料

すし飯（白） 90g （50g・10g×4に分割）  
 すし飯（黄） 120g （20g×6に分割）  
 ※裏ごしゆで卵黄身（卵 M 玉 1 個分約 16g）  
 と白すし飯を混ぜる

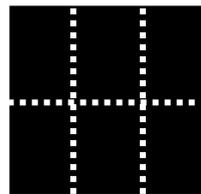
海苔 1/2枚×2、1/4枚×1、1/6枚×5



[1/2の切り方]



[1/4の切り方]

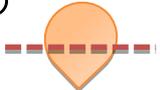


[1/6の切り方]

魚肉ソーセージ小 1/2本（10cm長さ）  
 きゅうり 1/4本（10cm長さ）  
 にんじん （長さ10cm、幅3mm、厚さ1~2mm）×2本  
 野沢菜 茎10cm長さ×2本

## ●パーツ準備

- ①口・・・魚肉ソーセージを縦半分に切り、10cm長さの三角形を作り、1/6枚の海苔で巻く。
- ②目・・・1/6枚の海苔で野沢菜をひと巻きし、白すし飯10gと合わせて巻く。2本。
- ③頬・・・ピクルス状にしておく。
- ④葉っぱ・・・きゅうりをカットし、2枚のきゅうりの間に海苔を挟み、1/4枚の海苔で巻く。
- ⑤手・・・1/6枚の海苔に白すし飯10gで細巻きを作る。2本。

(口)  カーブの部分をカット。  
海苔 1/6 枚で巻きます。

(魚肉ソーセージ)

(葉)  キュウリをカット。  
間に幅海苔を挟む。  
2つ合わせ、海苔 1/4 枚  
で巻く。

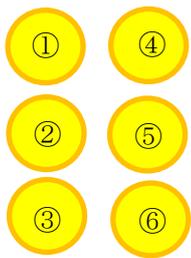
(きゅうり)

(目) 海苔 1/6 枚で野沢菜をひと巻き。  
白すし飯 10g と合わせて巻く。

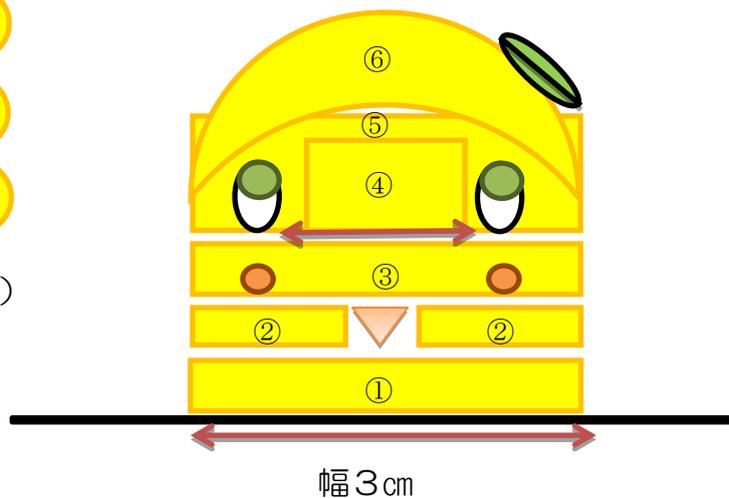


(野沢菜)

## ●組み立て



(黄 各20g)



- ① 1/2枚の海苔の中央に黄色①を約3cm幅に広げる。
- ② 黄色①の中央に口を置き、その両側を黄色②を置く。
- ③ 頬を置き、黄色③で覆う。
- ④ 黄色④を2cm幅で置く。
- ⑤ 黄色④の両側に目を置く。
- ⑥ 黄色⑤で目の周り全体を覆う。
- ⑦ 黄色⑥をドーム型に置き、右側に葉っぱを斜めに置き、頭の円みを作り全体の形を整えて、海苔を閉じる。
- ⑧ 1/2の海苔を両側3cmを残し、白すし飯50gを広げる。
- ⑨ 巻きすを持ち上げ、中央に⑦を頭を下にして置き、手を両側に乗せて、海苔を閉じる。
- ⑩ 4等分に切る。