

なま麩とかにの鳴門巻き

～ お正月料理にも使えるとてもおいしい一品です。～

No. 17



<材料> 4人分

海苔《巻き寿司用》 2枚
卵 2個
塩、砂糖 各ひとつまみ、焼き用油
カニの身 カップ1/2
マヨネーズ 大さじ2
なま麩《よもぎ、粟》 各1/4本
A だし汁1/2カップ
みりん、薄口醤油 各小さじ1

<作り方>

1. なま麩はすし海苔の長さに切りAでサッと煮る。
2. 卵は塩、砂糖一つまみ入れ、薄焼き卵を2枚作る。
3. カニの身はマヨネーズで和える。
4. 巻き簾の上に海苔を敷き、2.の薄焼き卵をのせ、3.を一面に塗り、手前に1.のなま麩をのせ、くるっと端から巻く。
5. 食べ易い大きさに切る。