



※写真はイメージです。

## 身近な具材で簡単に恵方巻きを作ることができます 簡単手軽に恵方巻き

### 材 料 (4人分)

すし太郎  
…「ちらし寿司の素」「のりごま」各1小袋

ご飯	600g
卵	2個
塩	適量
砂糖	適量
酢	1g
炒め油	大さじ1/2
ツナ缶	1缶
マヨネーズ	8g
塩、こしょう	適量
きゅうり	1本(縦4等分に切る)
大葉	適量
焼海苔	4枚

### 作り方

1. ご飯に「すし太郎 黒酢入り」の「ちらし寿司の素」1小袋と「のりごま」1小袋をまぜ合わせて冷ましておく。
2. (玉子そぼろを作る。)ときほぐした卵に塩、砂糖、酢を加えてかきまぜる。
3. フライパンに油を熱し、2を流し入れて菜箸(できれば2膳)で素早く全体をかきまぜる。
4. 全体がぼろぼろしてきて、水分が飛んだら小皿にとり、冷ましておく。
5. ツナ缶の油を切り、マヨネーズ、塩、こしょうとまぜ合わせてツナマヨネーズを作る。
6. 巻きすに焼き海苔を置き、1の1/4量を奥3~4cmを残して、まんべんなく広げる。
7. 中央から少し手前に、4の玉子そぼろの1/4量、5のツナマヨネーズの1/4量、きゅうりの4等分した1本、大葉適量を並べる。
8. 巻きすと一緒に焼き海苔の端を持ち上げ、ギュッと強く巻いて1本目が完成。
9. 6~8の作業を繰り返し、4本作ればできあがり。