

お正月…伊達巻き

なくてはならないこの一品!

(材料) 約12cm 1本分 ●白身魚のすり身 40g ●卵 2コ ●サラダ油 適量

温度調節機能
& 調理タイマー

A ●出し汁 大さじ1/2 ●砂糖 大さじ2 ●塩 少々 ●みりん 小さじ1/2 ●淡口醤油 2~3滴

1 フードプロセッサーに白身魚のすり身を入れてなめらかな状態にし、卵と**A**を順に少しずつ加えてよく混ぜ合わせます。



2 卵焼き器またはフライパンを火にかけて**160℃**に設定します。設定温度になればサラダ油を薄くぬり、**①**を流し入れ、蓋をして焼きます。



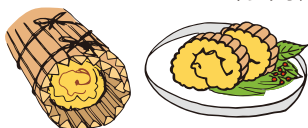
コンロタイマー 5~6分 **160℃**

3 表面が乾いて底面に焼き色がつけば裏返して両面を焼きます。

コンロタイマー 1~2分



4 熱いうちに、鬼すだれ^(※)で巻きます。冷めれば等分に切り分けます。



(※)鬼すだれ：巻すの一種で、断面が三角形になるように削った竹を連ねたもの。伊達巻きを巻く際にこれを使ってすじをつけます。

- 鬼すだれが無い場合は巻すを使いましょう。
- すり身は、はんぺんで代用してもよいでしょう。

