

蓮根の蒸し寿司



▼材料（4人分）

- 蓮根 …中1節（200g）
- 剥き海老 …100g
- 穴子の白焼き（または蒲焼き） …100g
- 紅生姜 …少々
- 青じそ …2枚
- 米 …2合
- A：
 - ・米酢 …大3
 - ・砂糖 …大2
 - ・塩 …小1
 - ・昆布 …5cm
- 酒 …大1

▼作り方

- ① 蓮根は皮を剥いて薄切りにし、水に3分ほど浸して灰汁をとる。
- ② 酢（分量外）の入った熱湯で湯搔いて水気を切り、Aに浸ける。
- ③ 土鍋で米を固めに炊き、②の昆布を除いて混ぜる。
- ④ 剥き海老を酒炒りして刻んだもの、穴子と紅生姜を刻んだものを加える。
- ⑤ 青じそをちぎって加え、蓋をして食卓に出す。

※土鍋での米の炊き方…沸騰するまで中火、沸騰したら弱火で10分、更に火を止めて10分蒸す。