

法蓮草とたらこの巻き寿司



▼材料（4本分）

- 法蓮草 …1束
- 巻き海苔 …4枚
- ご飯 …3合
- たらこ …2腹
- マヨネーズ …適量

▼作り方

- ① 法蓮草は茹でておく。
- ② ご飯にたらこをほぐして混ぜる。
- ③ 巻きすに巻き海苔をのせ、②を敷き①とマヨネーズをのせて巻く。