

茶巾寿司

<材料> 4人分

米	3合	三つ葉	1束
昆布	5cm角1枚	花みょうが	4個
合わせ酢		甘酢	
〔酢 塩 砂糖〕	100ml	〔酢 水 砂糖〕	100ml
	20g		100ml
	40g		40g
車海老	4尾	手酢	
焼きうなぎ	1/2尾	〔酢 水〕	50ml
〔みりん 濃口しょうゆ〕	15ml 15ml		150ml
きゅうり	1本	(分量外)塩、サラダ油	
たて塩			
〔水 塩〕	200ml		
	大さじ/2		
白ごま	大さじ2		
あさりの佃煮(市販品)	60g		
薄焼き卵			
〔卵 塩 水溶き片栗粉〕	8個		
	適量		
水大さじ1：片栗粉大さじ1で合わせた全量			



<作り方>

1. みょうがの甘酢漬けを作る。甘酢の材料を鍋に入れて火にかける。砂糖が溶けたら火からおろし、氷水にあてて手早く冷ます。花みょうがは縦半分に切り、根元の部分に切り込みを入れる。さっとゆでてざるに上げ、塩を振る。甘酢に30分つける。縦に細切りにする。
2. すし飯を作る。合わせ酢の材料を混ぜる。ご飯は昆布を加え、通常より固めに炊く。炊き立てのご飯を半切りにあける。すし酢を回しかけ、しゃもじで切るように混ぜ合わせ、うちわであおいで人肌程度に冷ます。



3. 薄焼き卵を作る。卵を溶きほぐし、塩少々、水溶性片栗粉を加えて混ぜ、ざるで漉す。フライパンを熱して、薄くサラダ油をひき、卵を薄く流し入れ、表面が乾いたら裏返してさっと焼く。



4. 三つ葉は塩ゆでし、氷水に落として水気を取ってから2本ずつ束ねて根元を結ぶ。



5. 海老は頭と背わたを取り、腹側の殻と身の間で竹串を打って塩ゆでし、氷水に落として水気を取る。殻をむいて1cm幅に切る。



6. みりんと濃口しょうゆを合わせる。焼きうなぎは焼き網にのせ、直火で皮目をしっかり焼き、裏返して身側にたれを刷毛で塗りながらさつとあぶる。1cm角に切る。



7. たて塩の材料を合わせる。きゅうりは塩を振り、少し力を入れて手のひらで前後に転がして板ずりする。水で洗う。縦半分に切って種を取り、斜めに薄切りにする。たて塩に 15 分つける。水気をしっかりしぼる。



8. あさりの佃煮を出刃包丁で刻む。
 9. ごまは鍋で煎り、切りごまにする。
 10. すし飯に、海老、うなぎ、きゅうり、あさりの佃煮、切りごまを混ぜ、俵形（1 個約 80g）にまとめる。薄焼き卵ですし飯を包み、三つ葉で結ぶ。



11. 器に茶巾寿司と花みょうがを盛る。