



カリフォルニアロール

炊 飯

🍳 使用した鍋：片手ナベ1.9L

【材料】4ロール分

米	2カップ
水	2カップ
昆布	5cm角1枚
サーモン(刺身用)	100g
アボカド	1個
きゅうり	1本
クリームチーズ	100g
とびこ(しょうゆ漬け)	100g
寿司海苔	2枚

【A】

ワインビネガー	80cc
砂糖	40cc
塩	8cc

【B】

しょうゆ	大さじ2
みりん	大さじ1
酒	大さじ1



【作り方】🕒 約30分

【下準備】米は炊く30分前に洗ってザルにあげておく。

1. ビタクラフトの鍋に米、分量の水、昆布を入れてフタをし、中火にかけて蒸気が上がれば弱火にし、10分加熱して火を止める。混ぜ合わせた【A】を加えてフタの裏側についた水滴を拭いて再びフタをし、約10分蒸らす。
2. サーモン、アボカド、きゅうり、クリームチーズを1cm幅の棒状に切る。サーモンは【B】にしばらく漬け込んだ後、取り出して水分を拭いておく。
3. (1)のご飯をボウルに移し、切るように混ぜながら、粗熱を取り、4等分にする。
4. 巻きすにラップを敷き、とびこ(しょうゆ漬け)を全体に散らす。手前から2/3に(3)の4等分にしたご飯を敷いてその中央に半分に切った寿司海苔をのせる。その中央に(2)のサーモン、アボカド、きゅうり、クリームチーズを並べ、手前から巻き込み、食べやすい大きさに切る。