



(キャンベルジュース入り巻きずし)

竹原ファームずし

中通小学校6年 岡崎 千里



アピール ポイント



フルーツ味のすし酢とあまからくにた牛肉とゆでたじゃがいも、さわやかなきゅうりのはごたえがバツゲンです。

材料（4人分）

精白米…………… 2合
竹原キャンベルジュース 40cc
すし酢…………… 60cc
峠下牛…………… 100g
じゃがいも…………… 中1個
きゅうり…………… 1/2本
ごま油…………… 小さじ1
砂糖…………… 大さじ2
しょうゆ 大さじ2と 1/2
いりごま…………… 適量
焼きのり…………… 2～3枚

* 緑の文字は竹原の食材です。

- ①米をたく。
- ②竹原キャンベルジュースは沸騰させて、すし酢と合わせ、炊きあがったご飯に混ぜる。
- ③じゃがいもはせん切りにしてゆでる。
- ④きゅうりはせん切り、牛肉はこま切りに切る。
- ⑤ごま油を熱し牛肉を炒め、砂糖・しょうゆで味をつける。
- ⑥焼きのりの上に酢飯と冷ました③④⑤をのせて巻く。
- ⑦お好みでいりごまをふる。

8

・竹原キャンベルジュースを使っているので、酢飯が淡い紫色になり、いろいろがきれいです。

