



ハピーレシピ辞典

春
はる

「生活良好誌 2003年3月号より」

うなぎの蒸しずし・・・手軽なおすし、小さな一品



- 1 ウナギのかば焼きはオーブントースターまたは電子レンジであたためて幅5mmに切り、かば焼きのたれをからめてから、すしめしに混ぜます。
- 2 1を小さめのどんぶりに分け入れ、薄焼き卵の細切りをのせ、蒸気の上上がった蒸し器で7～8分蒸します。
- 3 蒸し上がりに青ねぎの小口切りと酢漬けしょうが（刻んだもの）を散らします。



材料(4人分)

ウナギのかば焼き	1/2尾
かば焼きのたれ	大さじ1
すしめし	茶碗4杯分
薄焼き卵	1枚
青ねぎ	1本
酢漬けしょうが	適量