

ふとま 太巻き



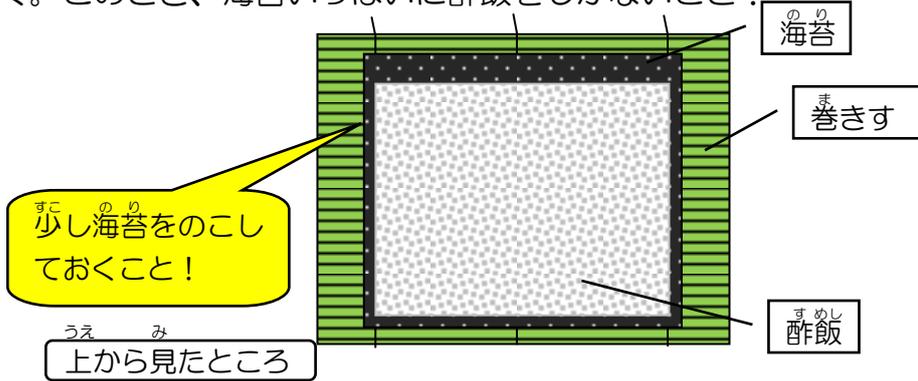
【所要時間：約15分】

●用意するもの（1本分、1人分）

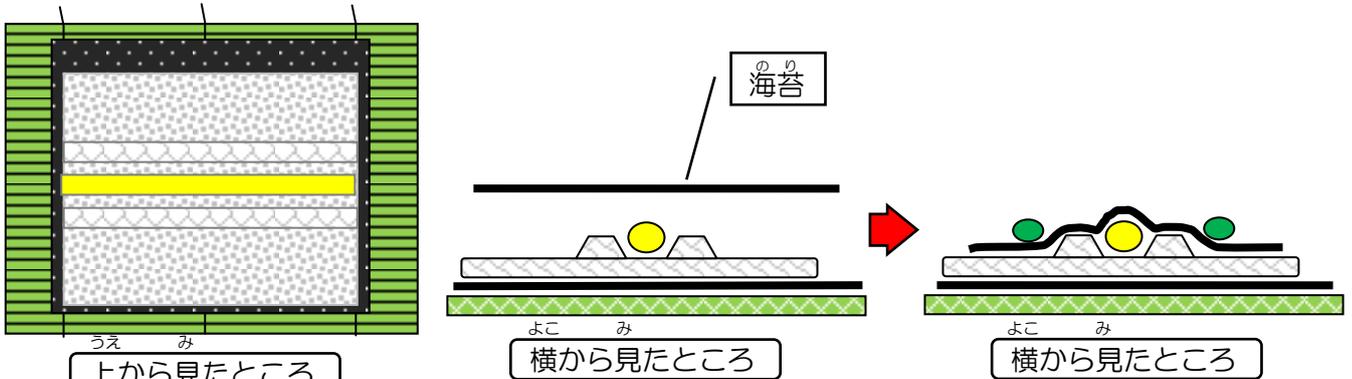
巻きす（1枚）、酢飯（お椀1杯）、海苔（1枚）、卵焼き（卵2分の1つ）、
油揚げ（4分の1枚）、キュウリ（6分の1本）、お椀

●作り方

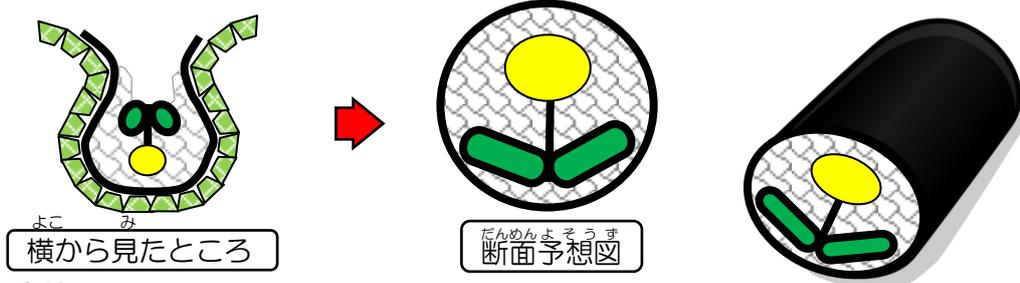
- ① まず、巻きすに海苔を置いて、海苔の上にお椀によそっておいた酢飯をまんべんなく広げていく。このとき、海苔いっぱいには酢飯をしかないこと！



- ② まんべんなく広げた酢飯の中央部分に、酢飯の土手を2つ作る。その土手の間の花となる部分に具材（卵焼きや油揚げ）を置いていく。次に土手や具材にかぶせるように海苔を置き、土手をつまむように密着させる。上下の土手の外側に葉となる部分にキュウリを置いていく。



- ③ 具材を置いたら、左右対称になるように巻きすを合わせる。最後に手で巻きすを握るようにして、太巻きの中身を安定させて出来上がり！



●備考

- 用意するもののうち、二重線がひいてあるものは、びわ青少年の家でも用意できます。
- 食器をふくキッチンペーパー、ふきんなどはお持ちください。