とれたて できたて あさくらの特産品料理コンテスト

料理名	博多なすと博多きゅうりのちらしずし
朝倉地域産の テーマ食材	博多なす、博多きゅうり、ゆず

〔材料表〕 4人分。

材料名		分量	材料名		分量
米		700g	すし揚げ		4枚
A	水	440ml	B	だし汁	100cc
	酒	大さじ1杯		しょうゆ・みりん	各大さじ1杯
	だし昆布	少量		砂糖	大さじ4杯
すし酢	酢	大さじ3杯	博多なす		100g
	砂糖	大さじ4杯	博多きゅうり		100g
	塩	小さじ2杯	C	水	100cc
玉子	玉子	2個		塩	大さじ1/2杯
	砂糖・塩	少々	D	酢	大さじ2杯
ぎんなん	適量	砂糖		大さじ1杯	
塩	少々	ゆずの皮		少々	
白いりごま	少々				

〔作り方〕

米はとぎ、Aで炊く。すし酢を合わせ、混ぜる。

すし揚げは、Bで煮て、2cm長さの短冊切りにする。

博多なすは半月切りに、博多きゅうりは薄切りにし、Cに浸してしんなりしたら絞り、Dで和え軽く汁けを絞る。

ぎんなんは、皮をむき、塩茹でにする。

玉子、砂糖、塩を混ぜ、いり玉子をつくる。

のすめしに白いりごまをまぜ器に盛り、
ゆずの皮を散らす。 の具を彩りよく飾り、おろした

〔コメント〕 (出品者から寄せられたこの料理に関する思い出や思い入れ、どんな時に食べるかなど)

みんな大好き、秋の味覚で、ごちそうごはん！

季節によって、銀杏の代わりに枝豆を使っても美味しくできますよ。

出品者の
お名前

三連水車の里あさくら 重岡