



ドーナツ型で簡単にできる!パーティーにおすすめ!

彩りドーナツ寿司



■ 材料(4人分(直径6cmドーナツ型12個分))

サーモン(刺身用).....	120g
鯛(刺身用).....	120g
きゅうり.....	1/2本
うす焼きたまご.....	1枚分
焼きのり(半型).....	1/2枚
寿司飯.....	480g
桜でんぶ.....	適量
木の芽.....	6枚
いくら.....	適量

■ 作り方…調理時間約25分

- ①サーモン・鯛は細長くそぎ切りにする。
- ②きゅうりは縦半分になり、ななめうす切りにする。うす焼きたまご・焼きのりは1cm幅の短冊切りにする。
- ③ドーナツ型に①・②を並べて入れ、寿司飯を入れて少し押さえる。
- ④③をドーナツ型から取り出し、すきまに桜でんぶをのせる。木の芽は半分にして、いくらとともに飾る。

1人あたり: 407kcal



- ・具材は長めの帯状に切り、ドーナツ型よりはみ出る位が寿司飯に巻きつき、仕上がりがきれいになります。
- ・寿司飯は1つに対し40gほどです。60g位まで増やすと型すり切りの量になり、ボリュームのあるドーナツ寿司ができます。