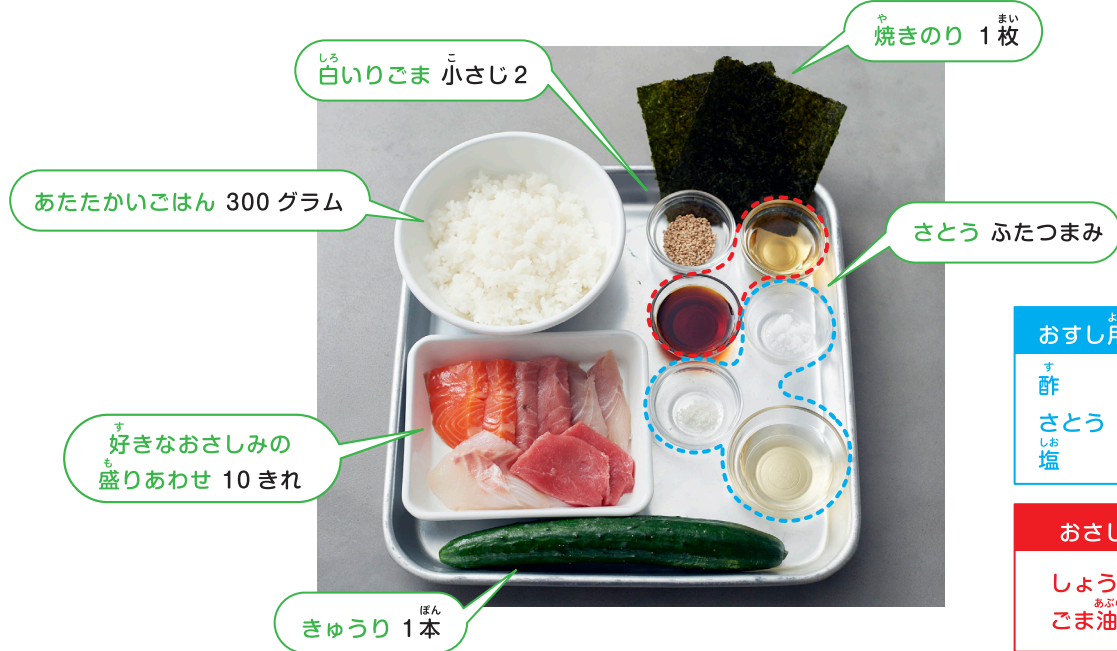


たたききゅうりとおさしみづけどんぶり

材料 (2人分)



おすし用のちょうみりょう

酢	おお 大さじ1
さとう	おお 大さじ1/2
塩	しょうしょう 少々

おさしみ用のたれ

しょうゆ	こ 小さじ4
ごま油	こ 小さじ1

盛りつけ用

- 卵黄 (たまごのきみ) 2こ分

作り方

1 電子レンジで使える小さめのうつわに、おすし用のちょうみりょうを入れてまぜます。電子レンジ (600ワット) で20秒くらいチン! します。さめたらとり出して、スプーンでよくまぜます。



2 バットなどにおさしみをならべ、さとうを全体にパラパラとふります。



3 おさしみ用のたれをかけて、両面にからめて味をしみこませます。



4 きゅうりは両方のへたを切り、めんぼうで全体をたたきます。われてきたら、ひと口で食べられる大きさに、手でわります。



5 ボウルにごはんを入れて①のおすし用のちょうみりょうといりごまを加えて、しゃもじでさっくりとまぜ合わせます。



6 ごはんを半分ずつどんぶりに盛りつけて、のりを小さくちぎってごはんの上に広げます。



7 ②のおさしみをきれいにならべて真ん中に卵黄をくずれないようにのせます。



8 きゅうりを盛りつけたら出来上がりです。