

食材2つだけ!

塩鮭

×

菜の花



調理時間

15分

## 春らしい色合いで華やか ちらし寿司

材料 (2人分)

塩鮭(切り身) …… 2切れ

菜の花 …… 1/4束

酢飯 …… 1合分

白いりごま …… 小さじ2

### 1 材料を切る

菜の花は塩ゆでにして水にさらす。花の部分を3cmの長さに切り、残りは小口切りにする。塩鮭はグリルで焼き、皮と骨をとりのぞいてほぐす。

### 2 仕上げ

酢飯に塩鮭、菜の花の小口切り、白いりごまを入れて混ぜ、皿に盛り付ける。菜の花の花の部分をのせる。



このお店のチラシが見られる!

トクバイ

検索