

パルマハムの手まり寿司 (S U S H I)



ingredients (2人分)

パルマハム (ガローニ社)	2枚
アボガド	1 / 2個
貝割菜	適量
酢飯	400g
レモン汁	大さじ1
マヨネーズ	1 / 2カップ
ゴマドレッシング (市販)	大さじ2
オリーブ	2個

recipe

1. パルマハムは半分に切り、アボガドはフォークの背でつぶしレモン汁、マヨネーズ、ゴマドレッシングで和えておく。
2. ラップの上にパルマハムを乗せ、一口大よりやや大きめに握った酢飯を置いて、茶巾包みにして形を整える。
3. 2のラップを外し皿に盛り、その上にアボガドディップをのせ貝割菜を散らす。
4. お好みで、オリーブの実を添える。

* 酢飯のあわせ酢 (マイユ白ワインビネガー大さじ3 + 砂糖大さじ1 + 塩小さじ1)

Yasuyo Kawasaki