

いなり寿司

○ 伝承料理のいわれ

年間を通して作られますが、盆や彼岸、正月等で人々が集まった時に、簡単でかつ大量に美味しくできる料理として伝えられ続けています。

< 材 料 > 28個分

(ご飯)

米 5合

金ごま(炒り) 15g

(すし酢)

酢 100cc

砂糖 40g

塩 小さじ1(6g)

(油揚げ)

油揚げ(小揚げ) 14枚

砂糖(三温糖) 70g

しょうゆ 100cc

酒 大さじ2(30g)

< 作り方 >

- 1 米をとぎ、30分水に浸してかために炊く。
- 2 分量のすし酢を混ぜ、炊いたご飯にふりかけ、うちわであおぎながら良く混ぜ、途中で金ごまを加える。
- 3 油揚げは横半分に切り、口を開いて袋状にし、沸騰したお湯に入れ約2分油抜きをする。ザルにあけて水気を切る。
- 4 水(100cc)、砂糖、醤油、酒を鍋に入れて煮立て、油抜きをした油揚げを加えて弱火で、落とし蓋をして15分程煮含ませ、火からおろして冷ます。
- 5 油揚げに、2を詰めて形を整える。

