

カルピス®の ひなまつり押し寿司

「カルピス」を加えたほんのり甘い
合わせ酢は、子どもに大人気！



材料 (1辺が13cmのひし形1個分)

● ごはん…………… 3合分

A ● 酢……………大さじ 4
●「カルピス」(希釈用)……………大さじ 1
● 塩……………少々

B ● ほうれん草 (ゆでてみじん切り)……………1/2 束
●「カルピス」(希釈用)……………小さじ 1/2

● 白ごま……………小さじ 1

● 鮭フレーク……………80g

● 卵……………2 個

●「カルピス」(希釈用)(炒り卵用)……………小さじ 1

飾り用 ● うずらの卵 (水煮)……………2 個 ● のり……………適量 ● 黒ごま……………4 粒
● きゅうり……………1.5cmを2本 ● スパゲッティ……………適量
● かまぼこ (紅)……………適量 ● 絹さや (ゆでたもの)……………適量

作り方

- 1 熱いごはんに【A】を合わせ、混ぜる。
- 2 (1)を3等分にして、それぞれに【B】、白ごま、鮭フレークを加えて混ぜ、緑・白・赤の3色のごはんをつくる。
- 3 皿にのせた型に、(2)を緑、白、赤の順に、水でぬらした指で押して平らにしながら詰める。
- 4 溶いた卵を電子レンジ(600W)で1分40秒ほど加熱し、ゴムベラなどでほぐす。
そこに「カルピス」(希釈用)をからめて、型をはずした(3)にのせる。
- 5 うずらの卵を水でぬらして、のりと黒ごままで顔をつくる。
- 6 体や台座を図のようにつくり、押し寿司の上に飾る。
皿のまわりには、絹さやを飾る。



100年のワクワクと笑顔を。

アサヒ飲料