

カルピス®で さわやかお稲荷さん

「カルピス」の甘ずっぱい風味が新しい！



材料 (10人分)

● 油揚げ …… 5 枚

A/ ● しょうゆ・みりん …… 各大さじ2 ● 砂糖 …… 大さじ1 ● だし汁 …… 200ml

● 温かいごはん …… 茶碗5杯 (700g)

B/ ● 「カルピス」(希釈用) …… 45ml ● 米酢 …… 大さじ1 ● 塩 …… 小さじ1

● ちりめんじゃこ …… 大さじ3

● 白炒りごま …… 大さじ2

作り方

- 1 油揚げは熱湯をさっとまわしかけ、半分に切る。
- 2 鍋に【A】を合わせて中火で煮立て、
油揚げを加えて煮汁が大さじ2程度になるまで煮る。冷ます。
- 3 ごはんに合わせておいた【B】を加え、良く混ぜる。
ちりめんじゃこ・白ごまを加え均一に混ぜる。
- 4 (3)を10等分にして俵型に握り、(2)で包む。