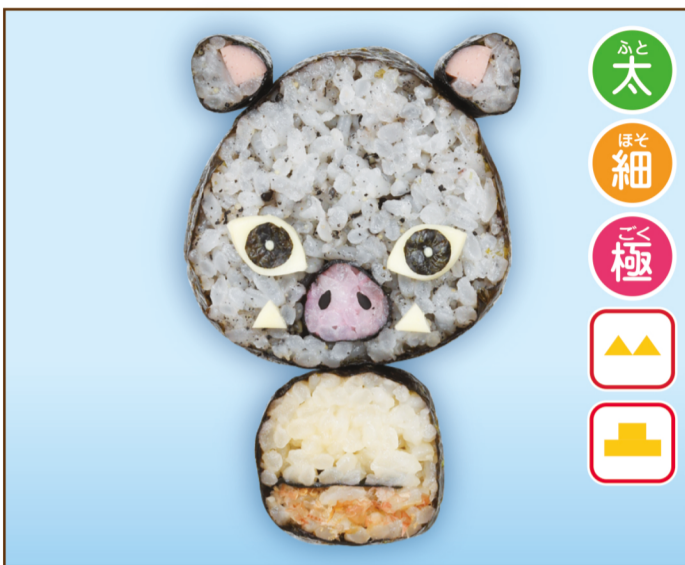


いのすけ 伊之助まっきー



ふと
太

ほそ
細

ごく
極

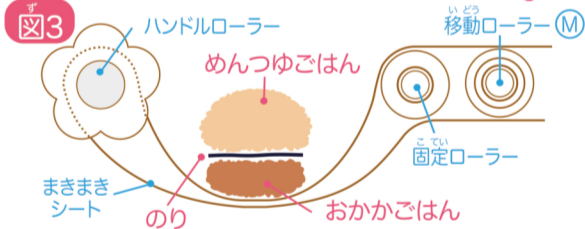
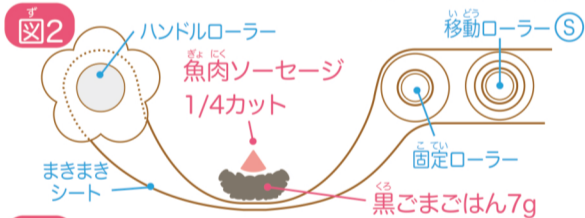
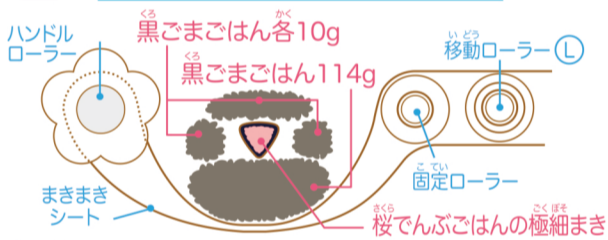


使用食材

※各パーツは作例1つ分の分量になります。

- ・黒ごまごはん
ごはん……………158g
 - ・めんつゆごはん
ごはん……………35g
 - ・スライスチーズ……………少々
 - ・マヨネーズ……………少々
 - ・のり(全型)……………1と1/2枚
 - ・おかかごはん
ごはん……………15g
 - ・鰹節……………少々
 - ・めんつゆ……………少々
 - ・桜でんぶごはん
ごはん……………11g
 - ・桜でんぶ……………少々
 - ・魚ソーセージ……………少々
 - ・魚ソーセージ……………少々
(直径1cm程度のもの)
 - ・9cm 1/2本
 - ・黒ごま……………2粒
- (太まき用のり…1枚、細まき用のり…1枚、極細まき用のり…3枚、胴体用2.5×9.5cmのり…1枚、残りパーツ用)

図1 横から見た並べ方イメージ



- ① 桜でんぶごはんを極細まきを1本つくり、ハート(上)型と平ら型を使って三角にします。
- ② 黒ごまごはんを①と一緒にまいて太まきをつくり、図1
- ③ 黒ごまごはんを縦に4等分した魚肉ソーセージ1本と一緒にまいて極細まきを2本つくり、ハート(上)型と平ら型を使って三角にします。図2
- ④ めんつゆごはんをおかかごはん2.5×9.5cmに切ったのりと一緒にまいて細まきをつくり、平ら型を使って四角くします。図3
- ⑤ ②、③、④をそれぞれ4等分に切り、お皿の上に合わせて置きます。②は手でおにぎり型にしておきます。
- ⑥ スライスチーズで自パーツA、三角パーツをそれぞれ2つ作り、⑤の上に乗せます。
- ⑦ のりで自パーツBを2つ作り、⑥の自パーツAの上に乗せます。
- ⑧ 竹ぐしを使って自パーツBにマヨネーズをつけ、⑤の桜でんぶごはんの部分に黒ごまを2つ乗せます。