



キュウリの春巻き



材 料 (2 人分)

生春巻きの皮	4 枚
キュウリ	1 本 (90g)
リーフレタス	2 枚 (50g)
ニンジン	30g
ネギ	20g
大葉	4 枚
ハルサメ	10g
叉焼	60g
炒り白胡麻	5g
甘味噌	
米味噌	50g
ハチミツ	40g
胡麻油	10g



- ①キュウリは 5cm 長さのせん切り、ニンジンは 5cm 長さのせん切り、ネギは 5cm 長さのせん切りにするにする。
- ②リーフレタスは手でちぎる。
- ③叉焼はせん切りにする。
- ④ハルサメはぬるま湯で戻し、水気を取る。
- ⑤生春巻きの皮を冷水にとおして戻し、板の上に広げる。
- ⑥⑤の生春巻きの皮の上に大葉、②のリーフレタス、①のキュウリ、ニンジン、ネギ、③の叉焼、④のハルサメ、炒り白胡麻をのせて巻く。
- ⑦小鍋に米味噌、ハチミツ、胡麻油を入れて、加熱しながら、練り、全体が混ざり、トロリとしたら加熱を終える。
- ⑧⑥の春巻きをそのまま、あるいは一口大に切って、器に盛り、⑦の甘味噌を別容器に入れて添える。

