

キャベツとサーモンの生春巻

♪ キッチン用 ♪

< 材 料 > (2人分)

○ 材料 ○

- ★ キャベツ 半分に切った状態で 4～5枚程度
- ★ シソ 4～5枚
- ★ スモークサーモン 4～5枚程度
- ★ 煎りゴマ 適量
- ★ ライスペーパー 4～5枚程度 (具の量によって調整してください)

((タレ)) (すり胡麻ドレッシング)

- ・ すり胡麻 大さじ4
- ・ 酢 大さじ4
- ・ 醤油 大さじ4
- ・ オリーブオイル 大さじ3
- ・ 七味 少々

材料を ボールに入れて 混ぜ合わせます。
春巻きの具にも 味を つけますので、
タレは、お好みに応じて 用意してください。

< つ くり 方 >

- ① キャベツは 芯を取り除き、洗って 干切りにする。
ボールに入れ、塩もみをして、冷蔵庫に入れておく。
途中 水が出ていたら、切っておく。
- ② 濡らしたペーパータオルの上に、シソの葉を洗って重ね、
ペーパータオルで くるんで、ぎゅっと 絞る。
ペーパータオルを外し、シソを 細切りにする。
- ③ キャベツの入ったボールに、シソ、煎りゴマを加えて、混ぜる。
- ④ バットに ぬるま湯を張り、ライスペーパー (生春巻の皮) を 戻す。
- ⑤ 皮に、具を乗せて、まずは 1回 巻く。
その後、両端を折りこんでから さらに1回 巻いて、
食べやすい大きさに切った スモークサーモンを乗せたら、
あとは 最後まで くるくると巻く。
巻き終わったら、ペーパータオルで 水気を 取っておく。