

三種じゅんさい料理推進協議会特別賞賞「じゅんさいの生春巻き」

庄司 千尋さん・児玉 優希さん・鈴木 里奈さん・梁瀬 幸墨さん（能代西高等学校）



【材料】

・じゅんさい	50g	・にんじん	20g
・スモークサーモン	50g	・卵	1個
・ライスペーパー	3枚	・貝われダイコン	20g
・サニーレタス		・塩こんぶ	5g
またはサンチュ	2枚	・しょうゆ	小さじ3
・きゅうり	1/2本	・わさび	少々
		・ごま油	少々

【作り方】

- ①薄焼き卵をつくる
- ②きゅうり、にんじんは長さ4cmの千切りにする
- ③薄焼き卵も長さ約4cmの千切りにする
- ④ライスペーパーを水にくぐらせ、具を手前にのせる
- ⑤具を手前にのせ、1回巻いて左右を折り込み、巻き切る
- ⑥お好みでわさび醤油や、ごま油しょうゆで食べる