



にいがた和牛のお祝い巻き		お祝い巻き（梅の花）		にいがた和牛のすき煮	
<p>&lt;にいがた和牛味噌しぐれ&gt;</p> <p>にいがた和牛 150g （切り落とし） 生姜せん切り 5g 酒 大2 味醂 大2 砂糖 小1 濃口醤油 小1 味噌 小1.5~ 煎り胡麻 大1</p>	<p>&lt;その他の具&gt;</p> <p>卵焼き 適量 胡瓜 1本 塩 少々 &lt;すし飯&gt; ※約2本分 米 2合 黒米 大1 水 420cc &lt;すし酢&gt; 酢 大匙3 砂糖 大匙1.5 塩 大匙1/2  海苔 1枚</p>	<p>すし飯（黒米入り） 75g すし飯（白） 80g</p> <p>野沢菜 5本 （10cm長さ） 山ごぼう 1本 （10cm長さ）  海苔 1.5枚</p> 	<p>にいがた和牛 100g （もも肉） 生椎茸 2枚 焼き豆腐 1/3丁（100g） 玉葱 100g しらたき 50g 小松菜 15g 梅人参 2枚</p>	<p>出汁 150cc 砂糖 大1.5 濃口醤油 大2 酒 大2 味醂 大2</p> 	
<p>① 米と黒米は合わせて洗い、水気を切って分量の水で炊飯する。</p> <p>② にいがた和牛・生姜せん切り・調味料を鍋に入れて、煮汁がなくなる位まで煮詰め、にいがた和牛味噌しぐれを作る。</p> <p>③ 胡瓜は縦半分になり、種をスプーンで取り除いて斜めのせん切りにする。ボウルに胡瓜、塩を入れて塩もみをする。15分位置いたら水気をよく絞る。</p> <p>④ ボウルに酢・砂糖・塩を混ぜ合わせ、すし酢を作る。炊きあがったご飯にすし酢を入れて混ぜ合わせ、すし飯を作る。</p> <p>⑤ ボウルに水、酢を入れて手酢を用意する。（分量外）</p> <p>⑥ 巻きすの上に海苔を置き、すし飯（1本250g）を敷き詰めてラップと一緒に裏返す。その上に卵焼き、きゅうり、③（80g）をのせてラップと一緒に巻き、8等分に切る。</p> <p>⑦ ※⑤の手酢を利用してすし飯を敷き詰める</p> 		<p>&lt;梅の花&gt;</p> <p>① A すし飯（黒米入り）を5等分（1個15g）にする。 →海苔（1/6枚）に15gずつのせて丸める。（梅の花びら）を5本作る） B 海苔（1/6枚）は縦4等分に切り、2本を米粒でつなげてバンドにする。 C 巻きすを片手で持ち、梅の花びらを3本並べて置く。山ごぼうを芯にして、残りの2本も順にのせて梅の花の形にする。花びらの間に野沢菜を挟む。バンドで崩れないように巻く。</p> <p>② 巻きすに海苔（1/2枚）を置き、すし飯（白飯）80gを向こう2cm位空けて敷き詰める。</p> <p>③ ①を手前3cm位空けてのせて巻き、丸く形を整える。</p> <p>④ 4等分に切る。</p> 		<p>① 生椎茸は2等分、焼き豆腐は4等分にする。玉葱は1cm幅のくし形にする。しらたきはあく抜きをして、適当な大きさに切る。生椎茸は半分に切る。小松菜は茹でて3cm長さに切る。</p> <p>② 鍋に調味料を入れて火にかけ、砂糖が溶けたら、豆腐、しらたき、玉葱、茹でた梅人参を入れて沸騰させる。弱火にして5分したら椎茸を入れ、さらに5分煮る。</p> <p>③ ②に、にいがた和牛を入れて火を通す。</p> <p>④ 器に③を盛り付けて、小松菜を添える。</p> 	