



箱寿司

秋

以蚬和鸡蛋为配料的醋拌米饭（寿司饭），装在木箱中紧紧压成形的料理



原料（4人份）

大米	4合约150g
调醋	
醋	1/2杯(100cc)
白糖	1/2杯(65g)
盐	1小匙(6g)
配菜	
蚬(去壳)	120g
(酱油、料酒、白糖)	
宽鳍鱈鱼(3~4cm左右)	70g
(白糖、酱油、料酒)	
红面麸	40g
(白糖、白酱油)	
鸡蛋(白糖、盐)	1个
干香菇	15g
(白糖、酱油、料酒)	
肉松	适量
一叶兰	

烹调方法

1. 饭煮得稍微硬一些，用寿司醋拌匀后放凉。
2. 白糖、料酒、酱油各1大匙煮沸后，煮熟吐完沙的蚬。
3. 白糖、料酒、酱油各2/3大匙煮沸后，煮熟洗净后的日本鱈鱼。
4. 面麸切成5毫米厚度，以白糖和酱油各2/3大匙烹煮。
5. 鸡蛋用白糖和盐调味，做成蛋丝。
6. 干香菇泡水，保留泡过的水，加入1/2大匙白糖、1/3大匙料酒、1小匙酱油后煮软。
7. 在沾湿的寿司木箱里铺上一叶兰，盛入寿司饭，把各食材以斜条状交互铺上。再盖上一层一叶兰，用盖子压紧后放置5到6小时，之后切成便于食用的大小。

烹调要点

- 寿司饭需填满木箱内各个角落。
- 排列食材时多下点功夫可以看起来更丰富多彩。