



親子でクッキング

混ぜる



カップ入りの
おすし

* 用意する材料

- 炊いたごはん
- すし酢 または 市販のチラシ寿司の素
- 具材 (お好みで)
- 透明なプラスチックのカップ
(プリン位の大きさのもの 100円ショップなどで手に入ります)



* 作り方

- ① すし飯を作る
ご飯にすし酢または市販のチラシ寿司の素を入れ、うちわであおいで冷ます
- ② カップにすし飯を入れ、その上にお好きな具材をのせておしゃれに飾ったらできあがり。
具材は、カットした刺身・ちくわ・チーズ・きゅうり・焼き卵・ゆで卵等なんでもOK

できあがり!



包丁を使う時の注意

具材を押さえる手は指先を丸めて「猫の手」
けがをしないように気をつけてね!