

## ◎◎ 洋風恵方巻き ◎◎

レシピ提供：ばん くみこ先生



恵方巻きは立春の2月3日の節分の日とその年の恵方（神様がいらっしゃる方向）を向いて願い事をして一本最後まで食べる太巻きのことです。

「巻く＝福を巻く」という意味があり、一本丸ごと切らずに食べることで「縁を切らない」という意味もあります。恵方巻きの具材は七福神にちなんで7種類と決まっているので、今回はワインにあわせた7種にしてみました。今年は松坂牛入りや伊勢海老入りなんて豪華な恵方巻きも販売されていますね。

今年の恵方は「西南西」です。美味しいワインとともにたくさんの「福」がまいこみますように。

ここがポイント！

## ■材料（4本分）

|         |      |             |          |
|---------|------|-------------|----------|
| 酢飯      | 640g | 【卵焼き】       |          |
| 海苔      | 4枚   | 卵           | 3個       |
| 生ハム     | 8枚   | だし汁         | 大さじ1     |
| アボカド    | 1/2個 | みりん         | 大さじ1     |
| レモン汁    | 少々   | 砂糖          | 大さじ1と1/2 |
| スモークチーズ | 80g  | 醤油          | 小さじ1     |
| キュウリ    | 1本   | 【合わせ酢（2合分）】 |          |
| カニカマ    | 12本  | 米酢          | 60cc     |
| クレソン    | 5束   | 砂糖          | 40g      |
|         |      | 塩           | 12g      |
|         |      | レモン汁        | 少々       |

- 1 酢飯を作り、あら熱をとっておく。
- 2 卵焼きを作り、細長くカットしておく
- 3 キュウリとスモークチーズは海苔の長さにあわせて細長くカットする。アボカドも細長くカットし、レモン汁をかけて色止めしておく。クレソンは葉をちぎっておく。
- 4 巻き簾の上に海苔をのせ、酢飯160gを広げます。巻き終わりののりしろを残しておきます。
- 5 芯（具材：生ハム2枚・アボカド・スモークチーズ・キュウリ・卵焼き・カニカマ3本・クレソン）を手前にのせ、手前から具材を押さえながら巻いていきます。
- 6 巻き終わりの海苔が下になるようにしっかり押さえ、両端にはみだした酢飯は濡れた布巾で押さえととのえます。

### ばん くみこ先生のコメント☆

節分に食べる「恵方巻き」、関東ではあまりなじみがないですが、恵方巻きCMも頻りに流れて節分フードとしてかなり浸透してきましたね。今回はワインにあうように洋風に仕上げってみました。合わせ酢は米1合にして35ccずつあわせてください。合わせ酢はご飯と手早く合わせる事がポイントです。炊きたての熱々のご飯は表面から内部に向かって網目あがり、ここを通過して酢がしみこんでいきます。水分が残るとベチャツとした酢飯になるので水分を飛ばしてください。

