

◎ ワインに合うウナギのちらし寿司

2025年12月のレシピ④

レシピ提供：シトロン ヨーコ先

ウナギのかば焼きにチーズを合わせたちらし寿司。

酢飯にバルサミコ酢を加えたらワインにぴったりなおしゃれなお寿司になりました♪

■材料（2合分）

A 砂糖	20 g
A 塩	9 g
A 米酢	45 g
A 黒バルサミコ酢	45 g
固めに炊いたご飯	2合
B 醤油	小さじ2
Bバルサミコ酢	小さじ2
ウナギのかば焼き	1尾
ディル	適量
クリームチーズ	30 g
黒コショウ	適量



■ポイント■

バルサミコ酢飯は覚えておくととても便利。牛肉のたたきやイワシのかば焼きのお寿司にもよく合います。バルサミコ酢飯は冷凍も可能。その際解凍はレンジで！

【バルサミコ酢飯】

- 1 小鍋にAを入れて沸騰直前まで炊く。火を止める。
- 2 固めに炊いたごはんを口の広い容器に入れ、④を加えて米をつぶさないようにしゃもじで全体になじませたらうちわであおいで冷ます。
- 3 【タレ】小鍋にBを入れて弱火にかけ沸騰したら火を消す。
- 4 ウナギは魚焼きグリルかトースターで香ばしく焼き、3センチに切る。ディルは葉先を手でちぎる。クリームチーズは1センチ角に切る。コショウは粗くつぶす。
- 5 器に酢飯を広げクリームチーズ・ウナギ・ディルを彩りよく散らしたれをかけてコショウをちらす。

