

そば寿司

材料 4人分

寿司揚げ	20枚	油	適量
A	水	1/2カップ	
	しょうゆ	1/2カップ	
	酒	1/2カップ	
	砂糖	3/4カップ	
乾そば	1束		
長ねぎ	適量		
七味唐辛子	適量		

作り方

主食

- ① 寿司揚げは湯をかけて油抜きをし、半分に切って袋状に開く。Aを合わせて煮て冷ましておく。
- ② 乾そばを半分に折って、少し硬めにゆでる。
水にさらして、水けをしっかり切る。
- ③ ゆでたそばを油で炒め、おろし際にきざんだ長ねぎと七味唐辛子を加える。
- ④ 味つけた寿司揚げの中に、③のそばを詰める。