

食譜

散壽司 5 人份

【配料】

○蛋絲

雞蛋：5 顆

砂糖：1/2 小匙

鹽巴：1/4 小匙

高湯：30cc

○豌豆莢：15 條（煮熟）

○蝦：10 尾（煮熟）

◆醋蓮藕（將切成薄片的蓮藕一起煮滾約一分鐘）

蓮藕：一節

米醋：100cc

上白糖：2 大匙

鹽巴：少許

高湯：3/4 杯（150cc）

鷹爪辣椒：1 根

★胡蘿蔔：1 根（煮熟）

切成裝飾的形狀

○鮭魚卵：適量

◆野姜（一起煮滾約 10 秒）

野姜：3 個

米醋：100cc

上白糖：35g

鹽巴：0.8g

水：25cc

★牛蒡：1/3 根（煮熟）

削成竹葉狀

★鴻喜菇：1 包（約 100g）

○秋葵：5 根（煮熟）

輪切

○鰻魚：1/2 尾（蒲燒）

○八方地（★項目的醬汁）

高湯：8 (600cc)

薄口醬油：1 (75cc)

酒：1 (75cc)

味醂：1 (75cc)

※製作◆項目的醋醬汁時，請短暫開火後關掉讓其冷卻。

【壽司飯】

○白米 5 合（約 750g）

○米醋 200cc

（若加入以下調味則為關西風味）

中雙糖：140g

上白糖：30g

鹽巴：50g

茶碗蒸 4 人份

【蛋液】

雞蛋：3 顆（約 150cc）

鹽巴：2g

薄口醬油：5cc

味醂：15cc

高湯：600cc

（雞蛋和高湯的比例為 1:4，若喜好較固體的口感則 1:3）

【配料】

○蝦：7 尾（稍微川燙過）

○雞肉：約 700g（稍微川燙過）

○香菇：7 朵（生）

若較大朵則切一半

○百合根：小 1 個（煮熟）

○銀杏：7（煮熟）

○豌豆：適量（煮熟）

○香橙：適量（生）