



3/1(火) 祝卒業！ブーケ寿司

(材料)

手巻き寿司用ネタ各種

(まぐろ、鯛、海老、玉子焼きなど)

菜の花

大葉

海苔

かいわれ

酢飯

- ① 刺身類は一部細切りにしてくるくと巻き、花のようにする。
- ② 菜の花はさっと茹でて水気を取っておく。
- ③ 海苔を広げ、酢飯を乗せる。(ひとつの角を残して三角形になるように、最終的に花束になる感じで)
- ④ 菜の花を置いて、残りの具材を彩りよく、ブーケになるようにイメージして配置する。

レシピは、ゆめタウン夢彩都サービスカウンター（3階と地下1階）に置いてあります。
また、NBC アプリや<インターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でもご覧になれます。