

食べてみんなかなあ 郡上の味（朴葉寿司）



朴葉寿司の材料（12個分）

米	3合
昆布	8cm × 8cm 1枚
《合わせ酢》	
酢	60～80cc
砂糖	70～75g
塩	10g
にんじん	20g（1/3本くらい）
だし汁	20cc
砂糖	小さじ1
白しょうゆ	小さじ1
ごぼう	30g（1/3本くらい）
だし汁	50cc
砂糖	小さじ2
白しょうゆ	小さじ1
酢	少々
干し椎茸	3～4枚
椎茸の戻し汁	70cc
砂糖	小さじ1/2
濃い口しょうゆ	小さじ1/2
じゃこ（干したもの）	30g
紅しょうが	少々
朴葉	10枚～12枚

1. 米は1時間前に洗い、上に昆布をのせ水をやや少なめに炊く。
2. 人参は2.5センチくらいの長さの干切りして、だし汁、砂糖、白醤油で煮る。
3. ごぼうも人参と同じように切り、水にさらしてアク抜きをして水切りをし、だし汁、砂糖、白醤油で煮る。（少し酢をいれると良い）
4. 干し椎茸は水で戻して、石づきを取り、細かく干切りにして戻し汁と、砂糖、濃い口醤油で、甘辛く煮る。
5. 朴葉は洗ってよく拭き、枝側を少し切り落としておく。
6. 炊きあがったごはんには合わせ酢を入れ、人参・ごぼう・じゃこ・椎茸など具を全部いれ、切るように混ぜ合わせる。
7. 冷めないうちに、朴葉に包み紅しょうがをのせる。
8. 包んだら順番に別の桶に重ねて入れ、朴葉の香りがつくように上に皿など重しをして落ち着かせる。
炊飯器を保温に入れても良い。

★ワンポイント

- ・にんじん、ごぼうは白しょうゆで煮ると色がきれいに仕上がる。
- ・ごぼうは酢を少し入れて煮ると白く煮あがる。
- ・椎茸を戻すとき砂糖を入れると早く戻すことができる。
- ・酢飯が冷めないうちに、朴葉に包むと香りよく仕上がる。

※地域によって寿司の具材が変わります。