

|              |   |
|--------------|---|
| 料理名          | 葉っぱ寿司三種   |
| 市町名          | 越前市   |
| 伝承料理の<br>いわれ | 祭りの時にもよく作られています。農作業など外で食べる時に、殺菌効果のあるアブラギリの葉で包むことで、長もちし、手も汚れず、ごはんとおかずをいっしょに食べられることから作られるようになった。  |
| 材料           | <p>ちらし寿司<br/> 米（三種とも）：3合、人参：1本、干しいたけ：5枚<br/> 薄揚げ：1枚、高野豆腐：1個、薄焼き卵：2個分<br/> グリーンピースか金時豆：少々<br/> 塩：少々、砂糖：2／3カップ、酢：2／3カップ</p> <p>みょうが寿司<br/> みょうがの甘酢漬け：10個、鮭：1切れ、青じそ：5枚</p> <p>鱒寿司<br/> 塩鱒（酢でしめたもの）：10切、<br/> シウガの酢漬け：少々</p>  |
| 作り方          | <p>1. ちらし寿司を作り、油ギリの葉っぱの裏側にちらし寿司をのせ、半分に折り、軽い押しをする。<br/> ※今回は入れませんでしたが、祖母は金時豆をグリーンピースの代わりに入れました。とても甘味の少ない時代に美味しかったです。</p> <p>2. ミョウガの酢漬けと火を通した鮭（焼くと焦げ目がつくのでレンジでチンすると良い）を細かく切り青じその千切りを混ぜ葉っぱにくるむ。</p> <p>3. 塩鱒を三枚におろし、酢でしめる。</p> <p>4. 薄く切った鱒を押し寿司にして葉っぱにくるむ。<br/> ※今回は丸い型で押しました。丸型は葉っぱに巻くのにお茶碗をつかいました。</p> |