



Umé recipe

17

梅スイートソースの生春巻き

スイートチリと梅が好相性。

材料 4人分

ライスペーパー…10枚

ソース | スイートチリソース…大さじ4

ソ | 水…大さじ1

ース | たいた梅…大さじ1/2

具 | レタス…5枚

人参…1/2本

きゅうり…1本

大根…5cm

パプリカ…1個

青じそ…5枚

鶏ささみ…2本

1 野菜をせん切りにする。青じそは半分に切る。

2 鶏ささみは塩茹でし、ほぐしておく。

3 ライスペーパーは具を巻く直前に、水を張った大きめのボウルに1枚ずつ入れて引き上げ、ぬらして絞ったペーパータオルに1枚ずつはさんで重ねる。

4 まな板に、もどしたライスペーパーをのせ、具を並べライスペーパーにのせて、下をおり、左右をおり、下から巻く。

5 ソースを作る。スイートチリソースにたたいた梅と水を入れて混ぜる。

(プラムkitchen)

iijima's onepoint!

お好みでサラダえびを入れても。