



## 作り方

(切り方、調理手順等  
につき、箇条書き)

### ①四海巻き

のり1枚を1/3と2/3サイズに切り分け、2/3サイズに白飯を広げきゅうり(10cm程度にカットしたもの)を巻く。  
一枚ののりに、ゆかりを混ぜたご飯を広げ、きゅうりを巻いたものを中心に巻き、縦に4等分にする。  
のり1枚と1/3サイズののりをつなぎ合わせ、縦半分に切ったパーツを背中合わせに置く。  
谷間にAの具材を置き、その上に残りのパーツを背中合わせに置く。  
四角になるように巻いて形を整え、3等分に切り分ける。

### ②切こぶの煮物

切こぶはサツと洗い、麩はもどし、ごぼうは短冊切り、にんじんは飾り切り、さつま揚げは一口大に切る。  
鍋に米油を入れ熱し、具材を入れる。具材に火が回ったらうまいたれを入れ、煮る。

### ③わかめときゅうりの酢の物

きゅうりは薄く切り、塩で軽く揉みしんなりしたら水気を絞る。  
わかめは水で洗い、熱湯にサツとぐらせ水気を切り食べやすい大きさに切る。  
ボウルにきゅうり・わかめ・しらすを入れ、ほめられ酢で和える。

### ④ベーコン巻き

ベーコンにそれぞれの具材をまく。  
フライパンにバターを溶かし、巻き終わりを下にして焼く。  
ベーコンに焼き色がついたら転がしながら焼く。

### ⑤デザート

桃はくし切り、リンゴはうさぎの形に皮をむく

