



ひな寿司		
米……………5合	寿司酢A	海苔巻きの具材B
・黒大豆…150g	・砂糖…120g ・酢…80cc	・卵…6個 ・砂糖…大さじ3 ・カニ蒲鉾…6本
・海苔…6枚	・味の素…少々 ・塩…20g	・塩…少々 ・レタス…適量 ・マヨネーズ…適量

チュロス (10個分)		
・薄力粉…120g ・卵…2個 ・バニラエッセンス…少々 ・揚げ油…適量 ・シナモンシュガー…適量		
A ・バター…25g ・牛乳…200ml ・砂糖…大さじ2	事前準備: 薄力粉はふるって、卵は溶きほぐしておく。	

ひな寿司

1. 黒大豆は、豆の3倍の水で10時間
浸けておく。研いだ米に黒大豆の
つけ汁・水で5合の水の分量で
黒大豆と一緒に炊く。



2. 炊き上がった後10分ほど蒸らす。
寿司桶に移し、うちわをあおぎながら
寿司酢Aとご飯を混ぜ合わせる。



4. 酢飯が冷めたら、巻きすに海苔・酢飯・具材Bを
のせて一気に巻いていく。切り口がご飯のピンク・
卵の黄・レタスの緑・黒豆ととてもきれいに
出てきます。



3. 卵焼きを作り、
短冊切りにしておきます。
レタスは1枚ずつはがし、
水で洗い水気を
キッチンペーパーで
拭いておきます。



5. 海苔の端は
あけるのがポイント!



できあがりー!!

チュロス

1. Aを鍋に入れて火にかけ、沸騰してバターが
とけたら火からおろす。バニラエッセンスを
ふり、薄力粉を加え、木べらで混ぜる。
卵を3回に分けて加え、混ぜる。



3. 鍋をコンロにのせ、揚げ油を入れ、
温度調節機能で160度に設定する。



4. 2をオープンシートごと入れ、シートが自然に
はがれてきたらシートを取り出し、
時々裏返ししながら、きつね色になるまで揚げる。
揚げ終わったら熱いうちにシナモンシュガーをまぶす。



できあがりー!!

2. 星形の口金をつけた絞り袋に1の生地を入れる。
オープンシートを適当な大きさに切り、
生地を絞り出す。



炊飯・
温度調節
機能

表情はお好きのようにアレンジしてね
卵は炒り卵にしても髪の毛に見えます
節分も洋風に!
鬼オムライス



材料
(2人分)

米……………2合	バター……………15g	ウインナー……………1本
鶏ひき肉……………75g	塩、コショウ……………適量	ベビーリーフ……………適量
玉ネギ……………1/2個	卵……………4~5個	ミニトマト……………4個
ケチャップ……………大さじ6	マヨネーズ……………大さじ2	サラダ油……………少々
コンソメ……………小さじ2	牛乳……………大さじ2	ケチャップ……………適量

① 米を研ぎ、炊飯鍋に入れ、コンソメ、ケチャップ
ケチャップ 水を加えて
よく混ぜる。その上に鶏ひき肉、
玉ネギのみじん切りを入れ、
バターをのせ自動炊飯で炊く。
炊き上がった後塩、
コショウを入れ混ぜる。

② 卵マヨネーズ、牛乳を
ボウルに入れてかき混ぜる。
フライパンを160度に設定し
薄焼き卵を焼く。(10枚ぐらい)
細切りにして錦糸卵を作る。

③ 竹串を縦方向にウインナーに刺す。
上部に包丁を横向きに入れ
ウインナーを回して
渦のように下に切っていく。
ウインナーを引っ張って
隙間を開け、フライパンで軽く炒める。

④ 器に①を盛り、錦糸卵で髪を作り、
スライスチーズで白目、牙、
海苔で黒目、眉、口を、
ヤングコーンで角を作り、
顔を仕上げて完成!!

ダッチ
オープン

クランベリーとホワイトチョコの
甘酸っぱさがくせになる♪
クランベリーとホワイトチョコの
スコーン



材料
(8個分)

バター(食塩不使用)……………25g	牛乳……………60g~65g
A 薄力粉……………150g	グラニュー糖……………30g
ベーキングパウダー……………小さじ1/2	
B ホワイトチョコ(細かく刻む)……………30g	
ドライクランベリー……………30g	

① バターは1cm角に切り、
他のAを合わせて
ボウルにふるい入れます。

② Aとバターを合わせて細かく
刻みながら混ぜ、手ですり合わせて
そばろ状にします。牛乳を加えて
手早く混ぜ、生地を重ねるように
しながらBを2~3回に
分けて入れ、
まといめま。

③ 約9×18cmの長方形にしてから
8等分にし、
形を整えます。

④ オープンシートを敷いた
ダッチオープンに並べ、蓋をして焼く。
加熱: 20~25分
余熱: 5~15分