



新香酪梨壽司

人氣獎

竹園諸來飽

材 料

新香米12g、燒海苔6片、蝦卵一兩、酪梨1粒、蘿蔓葉12片(也可用生菜)

調 味 料

醬料：糖2g、醋2g、三島香鬆少許、沙拉1包、原味優格一瓶

工具：竹簾、保鮮膜、醬汁膠瓶

做 法

1. 將新香米蒸25分鐘，蒸熟後趁熱加入糖、醋攪勻備用，酪梨洗淨去皮，切成長9公分、寬2公分長條12條備用。
2. 竹簾平放，把壽司飯平鋪於海苔上加上蝦卵，抹平均於壽司飯，將保鮮膜攤開蓋在壽司飯上，翻轉至另一面，再將酪梨兩條、蘿蔓葉兩片放於海苔上加入沙拉、三島香鬆後捲至圓形，即可切成約4-5公分一段並排盤。
3. 少許酪梨加一瓶優格放入果汁機打泥，當成醬汁，裝入醬汁膠瓶。可充份利用巧思畫喜歡圖案做為盤飾，更可以讓壽司沾來食用，風味更美。