

油あげがパリッ。  
生姜じょうゆがふわっと香る  
**油あげの焼きロール寿司**



### 油あげの焼きロール寿司

調理時間  
約 **30** 分

#### 【材料】(1本分)

- 油あげ ..... 1枚
- ほうれん草 ..... 1株
- 大葉 ..... 2枚
- 卵 ..... 1個
- 温かいご飯 ..... 100g
- サラダフレーク ..... 30g
- A [ 砂糖 ..... 大さじ½
- 塩・こしょう ..... 各少々
- B - すし酢・炒り白ごま ... 各大さじ½
- C [ 生姜のすりおろし ..... ½片分
- しょうゆ・みりん ... 各大さじ½
- 油 ..... 適量

#### 【作り方】

1. ほうれん草はゆでて長さ半分に切る。ボウルに卵を溶きほぐし、Aを加えて混ぜる。卵焼き器に油を熱し、卵液を流し入れて棒状に巻く。
2. ご飯にBを加え、切るように混ぜる。
3. 油あげは3辺を切り落として1枚に開く。
4. 巻きすにラップを敷き、3をのせて2を広げる。大葉をのせ、その上に1、サラダフレークをのせる。手前から巻き、巻き終わりを楊枝で留める。
5. フライパンに油を薄く引き、混ぜ合わせたCを塗りながら全面を焼く。焼き色がついたら食べやすい大きさに切っていただく。

#### 今月のクーポン商品



**すし酢**  
360ml

お米1合分のご飯に対して30～40cc混ぜるだけで手軽にすし飯が出来ます。  
(1月4回企画)

### 店舗 information

毎日の食卓を豊かに・楽しく！おいしく！  
今年もクーポンのお店にお買い物に来てくださいね♪

1/5(土)・6(日)

毎月恒例  
くらし応援  
フェア **5倍**  
ポイント

※1月はピンゴをお休みします。  
2月ピンゴは2/2(土)スタートです

1/4(金)・18(金)

小学校入学前  
のお子様がおられる  
組合員対象

子育て  
応援 **5%引!**

1/11(金)・25(金)

「おトクメール」  
会員様対象  
クーポンメールご提示で

**5%引!**

1/15(火)

65歳以上の  
シニア会員様対象

**いにしニアデー**

クーポンのお店  
×  
**LINE@**  
友だち登録  
募集中!



こちらのコードを読み取って  
「店舗一覧」からご登録ください

発行 **KYOTO 京都生活協同組合** 発行人：畑 忠男

〒601-8382 京都市南区吉祥院石原上川原町1-2

☎ 075-672-6304

2019年1月7日・通巻653号 再生紙を使用しています

商品・配達に関するお問い合わせやご意見など 組合員コールセンター

☎ 0120-11-2800 月～金 8:45～21:00 土 9:00～17:30(日休み)



京都生協 公式  
**Facebook**  
フェイスブック更新中!

<https://www.facebook.com/kyotocoop>

