

## 梅ご飯の巻き寿司



### 材料（4本分）

- ・海苔 2枚
- ・梅ご飯 300～400g
- ・きゅうり 1本

### 作り方

1. 海苔を半分に切り、4枚にする。
2. まきすがあれば、まきすの上に海苔をのせ、海苔の上に梅ご飯約100gをのせ、きゅうりをのせてまく。
3. 4等分に切る（お好きな長さに切る）。

### ポイント&その他

【日進生活改善実行グループより】

ご飯を炊く時に梅干しを1個入れると腐敗防止になりますので、夏のお弁当、おにぎりにはオススメです。是非作ってみてください！