

ハロウィンにおすすめのメニュー！ライスペーパーでミイラの生春巻きのレシピ



🕒 調理時間：30分 🍳 調理法：🔥 カロリー：423kcal 🧂 塩分：2.6g

可愛いおばけ達がいっぱい！ケンミンライスペーパーのレシピアドバイザー花田えりこ先生（elly.hana）監修のハロウィン仕様の生春巻きです。

ピラフやパスタなどを箸やスプーン・フォークを使わず手づかみで食べられるので、手軽なハロウィンパーティーにはピッタリです。

生春巻きは巻くのが難しいと思っている方も多いと思いますが、ケンミンのライスペーパーは四角い形で、とても巻きやすい

使用商品 ライスペーパー

巻きやすい四角いタイプで、モチモチとした食感のライスペーパーです。
でん粉とお米の素材本来の風味と食感を味わって頂けます。



材料 6本分

- ・ケンミンライスペーパー：6枚
- ・ミイラ生春巻き（3本分）
- 【包帯部分】
- ・スライスチーズ（5mm幅）：3枚
- 【中身部分】
- ・チキンライス：150g
- ・ソーセージ（縦半分にかット）：2本
- ・きゅうり（斜め薄切り）：1/2本（青菜で代用可）
- 【目玉部分】
- ・スライスチーズ（ストローでくり抜く）：適量
- ・焼のり（丸く切り抜く）：適量
- 【接着用】
- ・マヨネーズ：適量
- 【デコレーション用】
- ・ケチャップ：適量
- パスタ生春巻き（3種類）
- おばけ
- ・はんぺん（スライスチーズ等）：適量
- ・ミニトマト：適量
- こもり
- ・だし昆布（焼きのり等）：適量
- ・ゆで卵：適量
- ジャックオランタン
- ・にんじん：適量
- ・焼のり：適量
- 【中身（共通）】
- ・ジェノベーゼパスタ：150g（ケンミンライスパスタ使用）
- 【ソース】
- ・ケチャップ：適量
- ・バジルソース：適量
- ・ハニーマスタード：適量

作り方

- (1)
ミイラの生春巻き
【目玉】チーズとのりはマヨネーズでくっつけておく。
【中身】ソーセージは縦半分にかット、レンジなどで加熱しておく。
- (2)
ライスペーパー1枚を水に浸してもどす。（目安：20～30秒程度）
柔らかくなり始めたら引き上げる。

ライスペーパーのもどし方について詳しく解説
- (3)
もどしたライスペーパーをひし形に置き、チキンライス（50g）をやや下部あたりに横長（12×4cm）に乗せる。
チキンライスの上部に【目玉】を黒目を下側にして縦に並べ、切ったスライスチーズもランダムに並べる。
包帯に見えるように交差させたり、斜めに置くとよい。
スライスチーズの上にソーセージを乗せ、スライスチーズを1本ずつソーセージを包むように裏で合わせていく。
スライスチーズがはがれないように、きゅうりなどで押さえる。
ライスペーパーの左右 手前を中央に向かって折りたたむ。手前のチキンライスの部分をきゅうりの上に乗せるようにひと巻きする。
奥のライスペーパーを手前へひっぱりながら被せる。
器に盛る際にケチャップを所々につけると、よりハロウィンらしく演出できますよ。
- (4)
パスタ生春巻き
（おばけ・こもり・ジャックオランタン）
はんぺんやもどしただし昆布、ゆでたにんじんはお好みの型抜きで抜く。
ゆで卵、トマトなどは3～4mmの厚さにスライスしておく。
- (5)
もどしたライスペーパーをひし形に置き、ジェノベーゼパスタ（50g）をやや下部あたりに横長（12×4cm）に乗せる。ジェノベーゼパスタの上側に を下側にして並べる。
ライスペーパーの左右 手前を中央に向かって折りたたむ。
手前のジェノベーゼパスタの部分を の上に乗せるようにひと巻きし、奥のライスペーパーを手前へひっぱりながら被せる。
- (6)
器に生春巻きを盛りつけ、ケチャップやバジルソース、ハニーマスタードを添える。
- (7)
3種類作る。