ケンミン食品
株式会社

クリスマスのライスペーパー料理 ～柿と雑穀のリース生春巻き～

調理時間：30分　調理法：　カロリー：425kcal　塩分：1.2g

リースの形をしたサラダの生春巻きです。クリスマスのテーブルに添えると素敵に食卓を彩ります♪
柿が美味しい季節で、彩りもよく、雑穀サラダはライスペーパーの食感とよく合います。
ライスペーパーで繋がっているので、手でちぎったり、フォークとナイフで切り分けてお召し上がりください。

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　2人前

ケンミンライスペーパー：4枚
塩（野菜ゆでる用）：小さじ1（5g）

■中に入れる具材
お米100%ビーフン：20g
サンチュ：3枚
柿：1/2個
キャベツ：1枚
ハム：4枚
雑穀：20g

■飾り
赤・黄パプリカ：各1/4個
ミニトマト：2個
オクラ：2本
はんぺん：1/4個
余った柿・雑穀
■つけダレ
お好みのドレッシング
■用意する道具
型抜き（星型・ベル型・雪の結晶型など）
キッチンばさみ・ピザカッター

作り方

(1)
■中に入れる具材
沸騰したお湯にビーフンを入れ、4分ふつふつとした火加減でゆでる。ザルに取り、流水で洗いながらしっかり冷やす。ビーフンをしっかりしぼり、水気をよくとる。
柿の半分は千切りにする。
ハムは千切りにする。
■飾り
赤・黄パプリカは数分塩茹でにする。
オクラは塩で板摺りしてから数分ゆでる。

(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）
柔らかくなりはじめたら引き上げる。

●ライスペーパーのもどし方について詳しく解説

(3)
①もどしたライスペーパーをひし形に置き、サンチュの表を下にして置く。
②その上に、1/3量の具材を乗せる。
【ビーフン・キャベツ・雑穀・ハム・柿】
※細長くなるように置く。
③ライスペーパーの手前を折って具材に被せる。
④左右は折らずに最後まで巻く。

(4)
これを3本用意する。
3本の両端を揃えるように、ナイフで両端を少しカットする。

(5)
①②4枚目のライスペーパーは水（ぬるま湯）でもどし、
ナイフやピザカッターで素早く3等分にして帯を3本作る。
③④作った生春巻き3本をリング状になるように
帯のライスペーパーを巻いて繋げる。

(6)
清潔なキッチンばさみで2cm間隔で斜めにカットし、左右交互にずらす。
※下のライスペーパーは繋がっているように最後までハサミを入れない。

(7)
■飾り
赤リボン：赤パプリカをナイフでカットする。
ベル：黄パプリカをベル型に抜く。
星：柿を星型に抜く。
結晶：はんぺんを結晶型に抜く。
ミニトマト：半分にカット。
オクラ：輪切りにする。
雑穀：リースに散らす。

(8)
お好みのつけダレやドレッシングを添えて盛り付けてください。

Copyright (c) KENMIN FOODS co., ltd. All rights reserved.