

もちきびと雑穀の秋のハッピー生春巻き



きれいな赤色が映える、紅葉を施した秋のハッピー生春巻きです。
透けるライスペーパーの中に、紅葉型にくりぬいた彩り豊かな具材を詰めました。

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

紅葉の材料
パプリカ・かにかま・塩茹でにんじん
薄焼き卵・ハム・きゅうり など

中に入れる具材
お米100%ビーフン：20g

野菜の千切り：適量
(キャベツ・にんじん・きゅうりなど)
小口ねぎ・ミニトマト(薄切り)：適量
雑穀：適量
もちきび：大きじ5

作り方

(1)
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。

紅葉として使う具材は、おかずの抜き型(もみじ)で抜いておく。

(2)
沸騰したお湯1 で、もちきびを10分ほどゆで、ザルにあげておく。

(3)
ライスペーパーを1枚ずつ水に浸してもどす。(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

(4)
【巻き方】
もどしたライスペーパーをひし形に置き、中心のやや奥に、表側に見せたいもみじ(型で抜いた具材)を並べて置く。
もちきび、雑穀、ゆでたビーフン、野菜を中央に広げて置く。
ライスペーパーの下を中央に向かって折りたたむ。
ライスペーパーの左右を中央に向かって折りたたむ。
手前から奥に向かってくるくる巻いていく。

(5)
お好みのソースをつけてお召し上がりください。
(ごまドレッシング、スイートチリソースなど)