

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：まな板で 🔥 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（縦半分にカット）：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

- バスタ生春巻き（3種類）
- ①おばけ
- ・はんぺん（スライスチーズ等）：適量
- ・ミニトマト：適量
- ②こもり
- ・だし昆布（焼きのり等）：適量
- ・ゆで卵：適量
- ③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切り、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)
- ①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。
 - ②チキンライスの上に【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。
 - ③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。
 - ④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。
 - ⑤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。
 - ⑥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)
- バスタ生春巻き
 - （★おばけ・こもり・ジャックオランタン）
 - はんぺんやもたし昆布、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)
- ①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に★を下側に並べる。
 - ②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。
 - ③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。