

広報ながさき12月号「お料理レシピ（伊達巻）」の流し型（箱型）の作り方

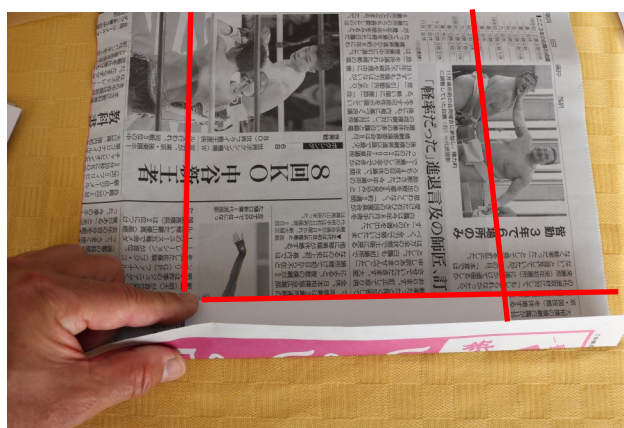
広報ながさき12月号のお料理レシピ「伊達巻」をご紹介くださった、料理研究家の脇山順子先生より「伊達巻」を作るための「流し型（箱型）」の作り方を教えていただきました。先人の知恵、工夫次第で身近にあるものを、このように活かすことができます。ぜひ、お試しください！

（準備するもの）

- 30cm×30cmの古新聞1枚（2つ折りにした古新聞で、折の部分を手前にしたもの）
- 18cm×3cmの型紙4枚
- クッキングシート1枚（24cm×24cm）←ちょっと大きめでも良い。
- ホチキスとハサミ



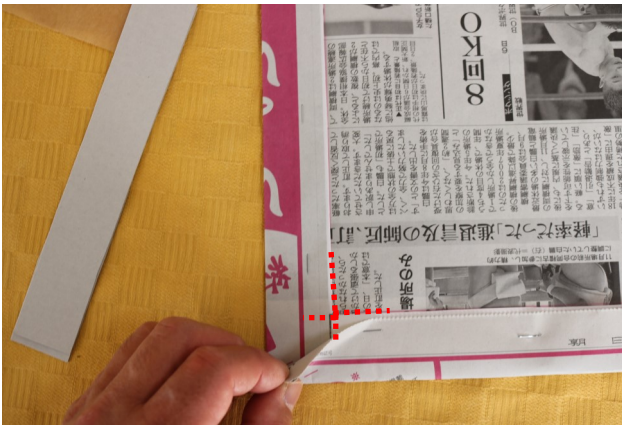
①準備している2つ折りの古新聞に目印になるライン（新聞の真ん中に18cm×18cmの正方形を作るイメージ）



②まず最初に、新聞の2つ折りの部分を手前にして、18cmのラインに合わせ、18cm×3cmの型紙の端を合わせ折り込む。



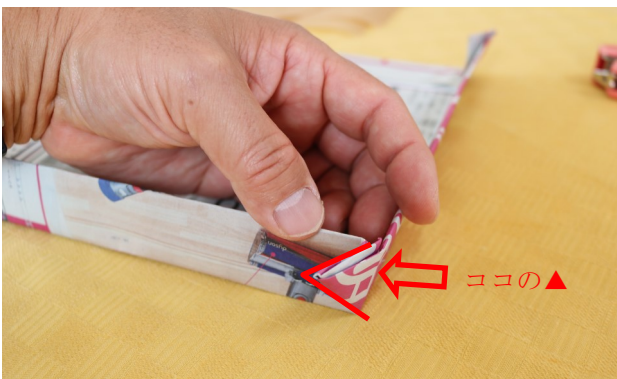
③折り込んだ型紙を、出来るだけ18cmラインに近い方で、ホチキス3カ所を止める。



④同様に、18cmラインに合わせて、内側の角同士が当たるように型紙を折り込み、再度ホッチキスで3カ所を留めます。同様に4辺を型紙で補強していきます。



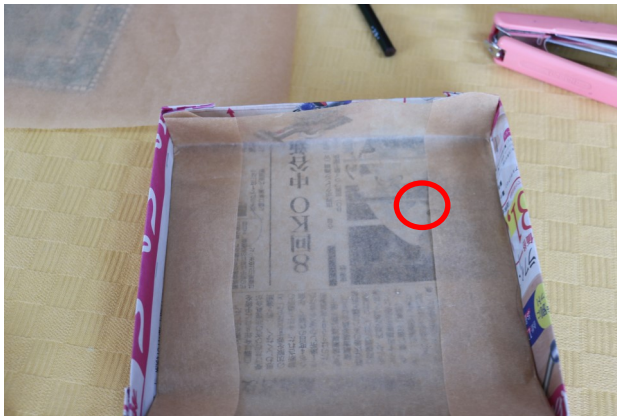
⑤4辺を補強したところ。



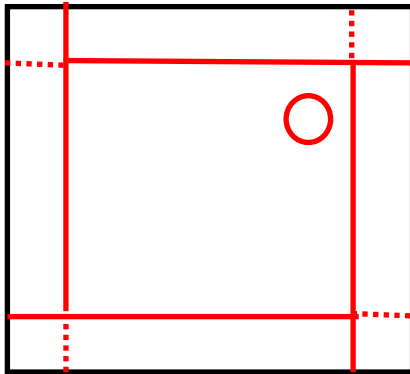
⑥次は壁を立てて、箱型にしていきます。隣り合う2辺を型紙の18cmラインに併せ、90度に折ります。壁を立てると、このように三角ができるので、それを壁側に巻き込んでホッチキスで留めてください。※できるだけ上の方で留めるのがコツ！



⑦4辺を立て、箱型完成！



⑧あと、少しで完成です。
次は、クッキングシートを完成した箱型に合わせます。内側の四角に合わせ、クッキングシートに折り目を付ける。
※クッキングシートの壁にあたる部分が、箱型の壁よりも上に出るような感じで。
そして、箱型の内側と、クッキングシートの外側それぞれの位置に○印を付けておく。
※後で、型を取った位置が分かるように！



⑨左図のとおり、点線部分にハサミを入れ、箱型の内側にすっぽり収まるよう折り込む。



⑩先に付けておいた印に合わせ、クッキングシートをはめ込んだら、伊達巻を流し込む型の完成！

後は材料を流し込み、オーブンで焼くだけ！



簡単に出来ますので、ぜひ皆さん作ってみてはいかがでしょうか。