

ま 巻きずし



巻きずしは、^{にほん}日本のでんとうてきな^{りょうり}料理です。



ざいりょう
材料は、のり、すしめし、それから、^{なか}中にきゅうり

やたまご、かんぴょうなどの^く具を^い入れます。



さいしょ
最初に、のりを^ま巻きすの^{うえ}上におきます。



すしめしを、のりの^{なか}まん中^のにのせます。



のりの^{うえ}上と^{した}下を^{すこ}少しの^{ひろ}こして、すしめしを^{ひろ}広げま
す。



具を^{てまえ}手前のほうに^お置きます。



具をおさえながら、^ま巻きます。



のこったのりの^{ふぶん}部分を^あ合わせて、おさえます。



かたちをととのえます。



食べやすい^{おお}大きさに^き切って、できあがりです。

寿司卷



寿司卷是日本的传统食品。



材料是紫菜，寿司饭，还有，放入里面的黄瓜，煎鸡蛋，葫芦干等配料。



首先在寿司卷帘上放上紫菜。



把寿司饭放在紫菜的中心。



紫菜的上面和下面留下一点儿，把寿司饭推开。



把配料放在上面的位置。



一边按住配料一边卷。



把留下的紫菜部分接合在一起并按压。



调整好形状。



切成容易吃的大小就好了。