**海苔折叠饭团 -**  
  
**- 食材清单 -**  
海苔 2片                            奶酪2片白米饭60g                            紫米饭60g青瓜丝15g                            胡萝卜15g荷包蛋1个                           鲜虾200g姜丝2g                           食盐1g    肉松适量                           沙拉酱适量玉米淀粉（生粉）6g   
**- 做法 -**  
**1.**鲜虾去壳去虾线后，剁成泥。

**2.**加入6g玉米淀粉，2g生姜丝和1g盐，抓匀腌制15分钟去腥。  
**3.**戴上一次性手套，取适量虾泥整理成小方饼。

**4.**平底锅热锅少油，请入虾饼。  
**5.**小火煎至两面微黄后盛起备用。  
**6.**接下来准备好胡萝卜丝、黄瓜丝、奶酪、白米饭（或紫米饭）等配料。胡萝卜丝记得提前炒熟或焯熟。  
**7.**取一张海苔片，从中间剪开一半，依次在四个角落放入白米饭、虾饼、蔬菜丝和奶酪片，挤入适量沙拉酱。

**8.**然后依次叠起，用海苔片把馅料包裹起来。注意一次不要太贪心裹入太多馅料哦，不然会把海苔片撑破。

**9.**裹上保鲜膜，切成两半。

**10.**同理可以做出另一个口味的折叠饭团

。**11.**折叠饭团。不同的馅料搭配，可以变化出不同的口感，做起来真是相当方便呢~