

★即席シウマイ

材料	4人分
豚挽き	160g
玉ねぎ	120g
椎茸	2枚
生姜	小さじ1
片栗粉	大さじ1.5
塩	小さじ1/2
こしょう	少々
皮の分	
A {小麦粉	30g
片栗粉	30g
キャベツ	2枚
トッピング	適量
{グリーンピース ホールコーン など}	

【作り方】

- ① 玉ねぎ、椎茸はみじん切り。
生姜はすりおろす。
- ② 豚ひき肉に①と塩、こしょう、片栗粉を加え、よく捏ねる。
- ③ ②を12等分し、丸める。
- ④ 皮の分のAの粉をバッドの中で混ぜ合わせ、③にまんべんなくまぶす。
- ⑤ シウマイの形に整え、好みでトッピングを飾る。
- ⑥ キャベツは粗めの干切りにし、皿の上に広げ、その上にシウマイをのせる。
- ⑦ 蒸し器で皿ごと10分位蒸す。
※やけどに注意すること。

★あっぴい餃子

材料	20個分
キャベツ	120g
塩	ひとつまみ
赤ピーマン	2個
長ねぎ	20g
くるみ	20g
A {鶏ひき肉	160g
にんにく(チューブ)	小さじ1
生姜(チューブ)	小さじ1
オイスターソース	小さじ2
砂糖	小さじ1
こしょう	少々
ピザ用チーズ	10g
餃子の皮	20枚
水	適量
ごま油	小さじ2

【作り方】

- ① キャベツを干切りにし、塩をふって少し置き、水気をしぼる。
赤ピーマンは5mmの角切り。
長ねぎはみじん切り。
くるみは大きめに砕く。
- ② Aの材料をボウルに入れ、粘りがでるまでよく混ぜ、ピザ用チーズ、①を加えてさらに混ぜる。
- ③ ②を20等分し、餃子の皮で包む。
(包み方：餃子の皮を手へのせ、中央よりやや奥にタネをのせ、皮の周りに水をつける。手前から2つに折って片側から数か所ひだを寄せて、包み口をしっかりとめる。)
- ④ フライパンにごま油をしき、餃子をならべ、焼き色をつける。(中火～弱火1分～)
- ⑤ 水を加え、フタをして蒸し焼きにする。(中火3～4分)
- ⑥ 皮が透明になり、火がしっかり通ったらフタを取り、水分を飛ばし、お皿に盛る。