
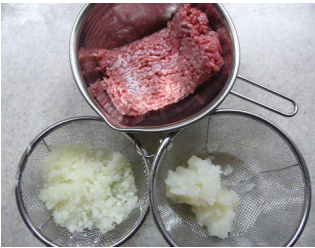






分類	(○)50分以内でできるメインメニュー ()10分以内でできるサブメニュー	
献立名	焼売	
材料・分量 (4人分)	(材料名) 豚ひき肉 400g たまねぎ 160g 干しいたけ 10g しゅうまいの皮 24枚 塩 5g 酒 5ml 砂糖 10g ごま油 4ml 水 30ml 片栗粉 24g こしょう 少量 しょうゆ 少量	(概量) 小1 小1 大1 小1 大2 大2 2/3
完成写真		
作り方		
※下準備等 ①干しいたけは水で戻し、みじん切りにする。 ②たまねぎはみじん切りにし、片栗粉を軽くまぶしておく。	①ひき肉・しいたけをボールに入れ、調味料を加えてよく混ぜ、たまねぎを加えて混ぜる。 	
② 	③軽くにぎった手の上に皮をおき、②の材料を一口大(約30g)のせる。 	④肉を詰め、詰め口を平らにならす。底の方も平らにし、おいたときに倒れないような形にする。 
⑤蒸し器にぬれぶきんをしき、④をくっつかないように並べ、強火で7～8分蒸す。 		
(備考)蒸し上がりのめやす ①皮がしっかりしている。 ②蒸し器をあけたとき、全体につやがある。 ③皮が透き通っている。		