

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)	(分量)	(概量)
	豚ひき肉 たまねぎ 干しいたけ しゅうまいの皮 塩 酒 砂糖 ごま油 水 片栗粉 こしょう しょうゆ	400g 160g 10g 24枚 5g 5ml 10g 4ml 30ml 24g 少量 少量	 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ず。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。			