



4/1 (水)

なんちゃってカニシュウマイ

(材料)

はんぺん：1枚
かにかま：50g
玉ねぎ（みじん切り）1/4個分
塩こしょう：少々
ごま油：小さじ1
みりん：小さじ1
片栗粉：大さじ2

- ① ボウルに、カッコの材料を入れてつぶすようによく混ぜる。
(フードプロセッサーを使っても)
- ② シュウマイの皮で①を包む。
- ③ 耐熱皿に千切りキャベツを敷き、その上に②を乗せる。
- ④ ふんわりラップで600Wのレンジで4分加熱する。

シュウマイの皮：10枚

キャベツ（千切り）：少々

レシピは、ゆめタウン夢彩都サービスカウンター（3階と地下1階）に置いてあります。
また、NBC アプリや<インターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でもご覧になれます。