

3/22(金)

春キャベツのシュウマイ

(佐藤 利恵さん)

(材料 2 人分)

豚ひき肉：250g
たまねぎ：1/4個
生姜：1かけ
A にんにく：1かけ
濃口醤油：小さじ1
酒：大さじ1
塩：ひとつまみ
片栗粉：大さじ2
[キャベツ：6枚
片栗粉：大さじ1
水：適量

(たれ)

酢醤油：適量
からし：適量

- ① たまねぎはみじん切りにして、耐熱容器に入れラップをして、600Wのレンジで1分半加熱して、粗熱を取る。生姜とにんにくはみじん切りにする。ボウルにAを入れてよくこねる。
- ② ①を8等分して、それぞれ団子状に丸める。
- ③ キャベツは千切りにして、片栗粉を加え混ぜ合わせて、②の団子の周りに、おにぎりの要領で握るようにして、まぶす。
- ④ フライパンに③を並べて、シュウマイが1/3ほどかぶるくらいの水を加え、蓋をして、弱火で12分ほど蒸す。
- ⑤ ④を器に盛り、お好みで酢醤油・からしをつけて頂く。

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）に置いています。
また、NBC アプリや<インターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でご覧いただけます。